බුද්ධ ධර්මය

5 ශ්‍රේණිය

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව



සියලු ම පෙළපොත් ඉලෙක්ට්‍රොනික් මාධ්‍යයෙන් ලබා ගැනීමට
www.edupub.gov.lk වෙබ් අඩවියට පිවිසෙන්න.

ප්‍රථම මුද්‍රණය :- 2019
දෙවන මුද්‍රණය :- 2020

ISBN 978-955-25-0244-6

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව විසින්
නො. 90, වාසනාවත්ත පාර, මත්තේගොඩ විශ්ව ග්‍රැෆික්ස් මුද්‍රණ ආයතනයේ
මුද්‍රණය කරවා ප්‍රකාශයට පත් කරන ලදි.

Published by : Educational Publications Department
Printed by : Vishwa Graphics (Pvt) Ltd.

ශ්‍රී ලංකා ජාතික ගීය

ශ්‍රී ලංකා මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
සුන්දර සිරිබරිනී, සුරැඳි අති සෝබමාන ලංකා
ධාන්‍ය ධනය නෙක මල් පලතුරු පිරි ජය භූමිය රම්‍යා
අපහට සැප සිරි සෙත සදනා ජීවනයේ මාතා
පිළිගනු මැන අප භක්ති පූජා
නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
ඔබ වේ අප විද්‍යා - ඔබ ම ය අප සත්‍යා
ඔබ වේ අප ශක්ති - අප හද තුළ භක්ති
ඔබ අප ආලෝකේ - අපගේ අනුප්‍රාණේ
ඔබ අප ජීවන වේ - අප මුක්තිය ඔබ වේ
නව ජීවන දෙමිනේ නිතින අප පුබුදු කරන් මාතා
ඥාන වීර්ය වඩවමින රැගෙන යනු මැන ජය භූමි කරා
එක මවකගෙ දරු කැල බැවිනා
යමු යමු වී නොපමා
ප්‍රේම වඩා සැම භේද දුරැර ද නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා

අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ බෞද්ධ උපදේශක මණ්ඩලය විසින් අනුමත කරන ලද ගුරු වන්දනා ගාථාව සහ අධිෂ්ඨාන පද්‍යය

ගුරු වන්දනා ගාථාව

ඕවාද සිප්ප දානේන
සික්ඛාපේති මමං ගරු
සගාරවේන චිත්තේන
අහං වන්දාමි තං ගරුං

ඔවා සිප් දීමෙන
මා හික්මවන පේමෙන
ඇදුරු හද බැතියෙන
වඳිමි ගුරු සිත පෙරටු කරමින

පාසල් උදෑසන රැස්වීම අවසානයේ කෙරෙන අධිෂ්ඨානය

තෙරුවන පුදා සිහිකර මාපිය දෙදෙන
ගුරු සිත දිනා ඔප කර ගෙන ගුණ නුවණ
කරමින සබා විදුහල් මැණිගෙ සිහින
සුරකිමි සදා මගෙ රට ජාතිය සසුන

රචක: පූජ්‍ය ගන්තුනේ අස්සජී හිමි

පෙරවදන

මනුගුණදම් සුරකින්නට නිති කැපවුණු කුසලතා පිරි මනුෂ්‍ය වර්ගයාට මේ ලෝකය වඩාත් සොඳුරු බිමක් බවට පත් කළ හැකි ය. ඒ සඳහා රටක අධ්‍යාපනය නිරතුරුවම බලසම්පන්න කරගතයුතු වන්නේ අනාගත වැඩලොව පිළිබඳව ද මනා අවදියෙන් සිටිමිනි. දිනෙන් දින විශ්ව ගම්මානය වෙත එක්වන සාරවත් නව දැනුම අපේ ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය සමඟ මුසුකර ගැනීම අනිවාර්යයෙන් සිදුවිය යුතු අතරම අපගේ යහගුණදම් ද ඒ හා ඒකාත්මික කරගන්නට අමතක නොකළ යුතු ය. මෙම සාධනීය ගුණාංග රැකගනිමින් වඩාත් යහපත් සිසු පරපුරක් නිර්මාණය කිරීමේ උත්කෘෂ්ට මෙහෙවරට අවැසි ගුණාත්මක ඉගෙනුම් ආධාරක සම්පාදනය කිරීම අප දෙපාර්තමේන්තුවේ ප්‍රමුඛ පරමාර්ථය බව අවධාරණය කරමි.

නේක විසිතුරු සිත්තම් හා අකුරුවලින් සපිරි මේ පෙළපොත් අනාගත ලොවට මඟ එළි දල්වන ප්‍රදීපස්තම්භ බඳු ය. ඔබ පාසල් බිමෙන් සමුගත් දිනක වුව, තුටින් සිහි කළ හැකි මිහිරි මතක, මේ පාඩම් පොත් පිටු අතර රැඳී තිබෙනු නිසැක ය. ගුරු තරුවල නොමඳ ආලෝකය ලබා ගනිමින් ඔබ මේ දැනුම හා වින්දනය කැටිකළ අනගි ත්‍යාගයෙන් නිසි පල නෙළා ගත යුත්තේ තව තවත් දැනුම් අවකාශ වෙත යුහුසුලුව පියමනිමිනි. රජය පෙළපොත් වෙනුවෙන් වැය කළ අප්‍රමාණ වූ ධනස්කන්ධයට අමිල අගයක් ලබා දිය හැක්කේ පාසල් සිසු දරු දැරියන් වූ ඔබට පමණි. දිවිය වෙත හඹා එන අනේක බාධක දිරියෙන් ජයගෙන, හෙට ලොව සුපුෂ්පිත කරවන්නට දැයේ දරුදැරියන්ට හැකිවේවායි අප්‍රමාණ ස්නේහයෙන් ආශීර්වාද කරන්නෙමි.

පෙළපොත් සම්පාදන ක්‍රියාවලිය වෙනුවෙන් මනා කැපවීමකින් සම්පත්දායකත්වය සැපයූ ලේඛක, සංස්කාරක හා ඇගයුම් මණ්ඩල සාමාජික පිරිවරටත් අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුවේ කාර්ය මණ්ඩලයේ සැමටත් මාගේ හදපිරි ස්තුතිය පිරිනමමි.

පී. එන්. අයිලප්පෙරුම
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව
ඉසුරුපාය
බත්තරමුල්ල
2020.06.26

නියාමනය හා අධීක්ෂණය :

පී.එන්. අයිලප්පෙරුම

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

මෙහෙයවීම :

ඩබ්ලිව්. ඒ. නිර්මලා පියසීලි

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් (සංවර්ධන)

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

සම්බන්ධීකරණය :

ඞී. එම්. ජයන්ත පුෂ්පකුමාර

නියෝජ්‍ය කොමසාරිස් (පාලන)

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

උපදේශක මණ්ඩලය :

1. **අතිපූජ්‍ය ගන්තුනේ අස්සජි මහානායක ස්වාමීන් වහන්සේ**
   විශ්‍රාමික කථිකාචාර්ය, ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලය

2. **ආචාර්ය පූජ්‍ය මාඹුල්ගොඩ සුමනරතන ස්වාමීන් වහන්සේ**
   නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය, මහරගම

3. **එස්. බී. එම්. නිමල් ධර්මසිරි**
   අධ්‍යක්ෂ, ආගමික හා සාරධර්ම අංශය, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

සිංහල භාෂා සංස්කරණය :

අයි. රංජිත්

අධ්‍යක්ෂ (හිටපු)

ග්‍රන්ථ ප්‍රකාශන උපදේශක මණ්ඩලය, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

සංස්කාරක මණ්ඩලය :

1. පූජ්‍ය කොටනෙළුවේ පුඤ්ඤානන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ
   සහකාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ, පිරිවෙන් අධ්‍යාපන ශාඛාව, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

2. පූජ්‍ය උඩුගම සුදස්සි ස්වාමීන් වහන්සේ
   දෙපාර්තමේන්තු ප්‍රධානී, ආගම් හා සාරධර්ම අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව,
   ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය, මහරගම

3. ඒ. ඩී. බාලපටබැඳිගේ
   සහකාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ, ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන ශාඛාව, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

4. ඩී. එම්. ජේ. පුෂ්ප කුමාර
   නියෝජ්‍ය කොමසාරිස් (පාලන), අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

ලේඛක මණ්ඩලය :

1. පූජ්‍ය දමන සුගතධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේ
   කථිකාචාර්ය, හාපිටිගම් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යාපීඨය

2. ආර්. එච්. දීපිකා පෙරේරා
   ගුරු සේවය, බප/ජය ධර්මාශෝක කනිෂ්ඨ විද්‍යාලය

3. චන්ද්‍රිකා අඹේපිටිය
   විශ්‍රාමික උපගුරු, කො/ දේවි බාලිකා විද්‍යාලය

චිත්‍ර සහ පිටකවර නිර්මාණය :

ඩබ්. පී. එස්. ජයශාන්ත පෙරේරා

පරිගණකගත කිරීම සහ පිටු නිර්මාණය :

පී. ඒ. ශයිනි ඉමල්ෂා විජේවර්ධන

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

පටුන

1 සත් සතිය

සිදුහත් බෝසත්තුමාණෝ වෙසක් මස පුර පසළොස්වක පොහොය දින සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත් වූ සේක. බුද්ධත්වයෙන් පසු සති හතක් ම බුදුරජාණන් වහන්සේ ජය ශ්‍රී මහා බෝධි සෙවණ හා ඒ ඇසුරෙහි සමවත් සුවයෙන් කාලය ගත කළ සේක. එම කාලය **සත් සතිය** නමින් හැඳින්වේ.

පළමු සතිය



පළමු සතියේ දී බුදුරජාණන් වහන්සේ ජය ශ්‍රී මහා බෝධි මූලයෙහි වැඩ හිඳිමින් තමන් වහන්සේ අවබෝධ කර ගත් නිවන් සැප මෙනෙහි කළ සේක. “සිදුහත් තාපසතුමා තවමත් බෝධි මූලයෙහි වැඩ සිටින්නේ බුද්ධත්වයට පත් නොවූ නිසා” යැයි දෙවිවරු සැක පහළ කළහ. දෙවියන්ගේ එම අදහස දැනගත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අහසට

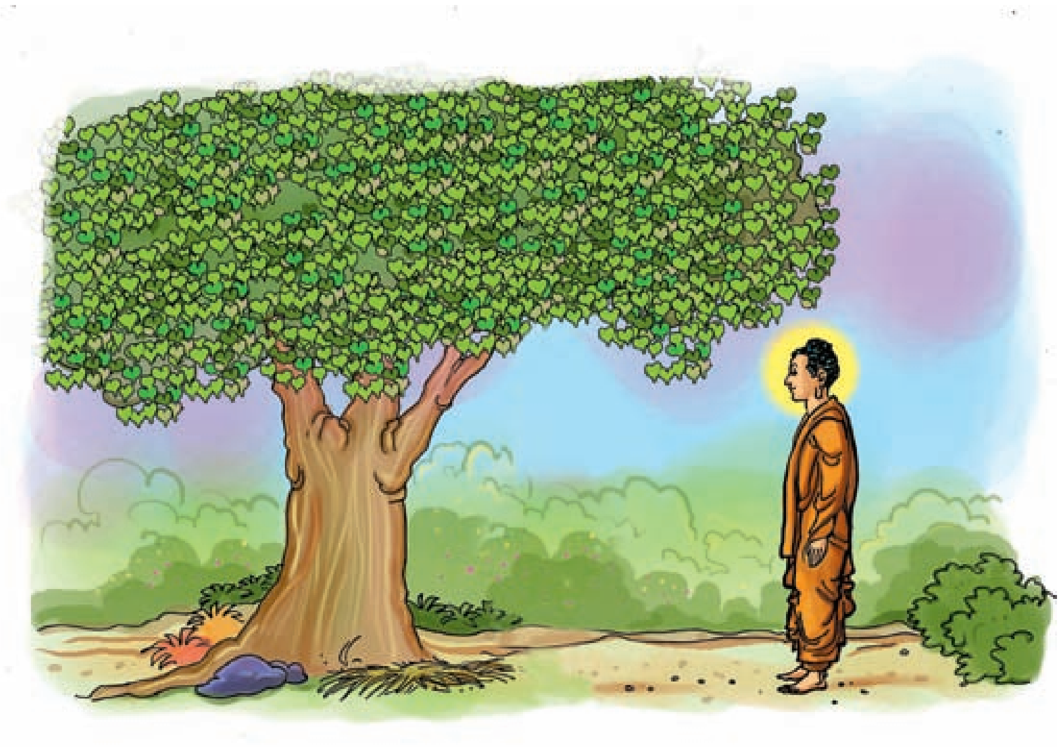
නැඟී යමා මහ පෙළහර පෑ සේක. යමා මහ පෙළහර දුටු දෙවිවරු තමන් තුළ තිබූ සැක දුරු කරගෙන සාදු නාද පැවැත්වූහ. බුදුරජාණන් වහන්සේ යමා මහ පෙළහර පෑ පළමුවන අවස්ථාව මෙයයි.

දෙවන සතිය



දෙවන සතියේ දී බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ සිටියේ ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට ඊසාන දෙසිනි. එසේ වැඩ සිටිමින් තමන් වහන්සේට බුදුවීමට උපකාර වූ බෝධීන් වහන්සේ දෙස ඇසි පිය නොහෙලා බලා සිටි සේක. මෙය හඳුන්වනුයේ **අනිමිස ලෝචන පූජාව** නමිනි. බුදුරජාණන් වහන්සේ ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට කළ අනිමිස ලෝචන පූජාවෙන්, කළ ගුණ සැලකීමේ ගුණය ලෝකයාට පෙන්වා දුන් සේක.

තෙවන සතිය



ජය ශ්‍රී මහා බෝධි මූලය සහ අනිමිස ලෝචන පූජාව සිදු කළ ස්ථානය අතර සක්මන් කරමින් බුදුරජාණන් වහන්සේ තෙවන සතිය ගත කළ සේක. තමන් වහන්සේ අවබෝධ කර ගත් ධර්මය තව දුරටත් මෙනෙහි කරමින් උන්වහන්සේ සක්මන් භාවනාවේ යෙදුණු සේක. **රුවන් සක්මන** නමින් මෙම අවස්ථාව හැඳින්වේ.

සිවුවන සතිය



සිවුවන සතියේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට වයඹ දෙසින් පිහිටි **රුවන් ගෙයි** වැඩ සිටි සේක. එසේ වැඩ සිටිමින් උන්වහන්සේ ගැඹුරු ධර්ම කාණ්ඩයක් වන අභිධර්මය මෙනෙහි කළ සේක. එවිට ක්‍රමයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රී ශරීරයෙන් සවනක් ගණ බුදුරැස් විහිදෙන්නට පටන් ගත්තේ ය.

පස්වන සතිය



පස්වන සතියේ දී බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩම කළේ **අජපාල** නම් **නුග රුක** මුලට ය. මෙම නුග රුක් සෙවණෙහි සතියක් ම උන්වහන්සේ සමාපත්ති සුවයෙන් වැඩ සිටි සේක. බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන් වහන්සේ විසින් අවබෝධ කර ගත් ධර්මය ම ගුරු තනතුරේ තබා ගැනීමට තීරණය කළේ මෙම සතිය තුළ දී ය.

මාරයාගේ දූවරු තිදෙනා වූ තණ්හා, අරති හා රඟා බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙත පැමිණ උන්වහන්සේගේ සිත වෙනස් කිරීමට උත්සාහ කළහ. එහෙත් ඔවුන්ගේ උත්සාහය සාර්ථක නොවූ අතර, ඔවුන්ට සිදු වූයේ පැරදී පලා යාමට ය.

සයවන සතිය



සයවන සතියේ දී බුදුරජාණන් වහන්සේ මිදෙල්ල ගස් සෙවණෙහි සමවත් සුවයෙන් කල් ගත කළ සේක. එහි දී සුළඟක් සහිත මහා වැස්සක් ඇති විය. එම අවස්ථාවේ දී **මුචලින්ද නම් නාග රාජයෙක්** බුදුරජාණන් වහන්සේ අසලට පැමිණියේ ය. බුදු සිරුර වටා දරණ ගැසූ නාග රාජයා නයි පෙණය බුදුරජාණන් වහන්සේගේ සිරසට ඉහළින් තබාගෙන මහා වර්ෂාවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ආරක්ෂා කළේ ය. එනිසා වර්ෂාවෙන් උන්වහන්සේට කිසිදු පීඩාවක් සිදු නොවී ය.

සත්වන සතිය



සත්වන සතියේ දී බුදුරජාණන් වහන්සේ **රාජායතන** නම් **කිරිපලු නුග රුක** මුලට වැඩම කළ සේක. එහි දී ද උන්වහන්සේ සමාධි සුවයෙන් කල් ගත කළ සේක.

ක්‍රියාකාරකම

පිළිතුරු ලියන්න.

1. සත් සතිය පිළිවෙළින් නම් කරන්න.
2. බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙවිවරුන්ගේ සැකය දුරු කිරීම සඳහා කළ ප්‍රාතිහාර්යය නම් කරන්න.
3. ‘අනිමිස ලෝචන පූජාව’ සිදු කිරීමෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ලෝකයට පෙන්වා දුන් ආදර්ශය කුමක් ද?
4. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අභිධර්මය මෙනෙහි කළේ කී වෙනි සතියේ දී ද?
5. මාර දූවරු තිදෙනාගේ නම් ලියන්න.

පුහුණුවට

පඨමං බෝධි පල්ලංකං - දුතියං ච අනිම්මිසං
තතියං චංකමණං සෙට්ඨං - චතුත්ථං රතනාඝරං
පඤ්චමං අජපාලං ච - මුචලින්දේන ඡට්ඨමං
සත්තමං රාජායතනං - වන්දේ තං මුනි සේවිතං

2 බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පළමු දහම් දෙසුම

පළමු උපාසකවරු

බුදුරජාණන් වහන්සේ සත් සතිය අවසන් වන විට වැඩ සිටියේ කිරිපලු රුක අසල ය. එදින කිරිපලු රුක අසලින් ගමන් කළ **තපස්සු** හා **භල්ලුක** යන වෙළෙඳුන් දෙදෙනා බුදුරජාණන් වහන්සේ දැක පැහැදුණහ. ඔවුහු බුදුරජාණන් වහන්සේට විලඳ හා මී පැණි මිශ්‍ර දානය පිළිගැන්වූහ. බුද්ධත්වයෙන් පසුව උන්වහන්සේ ලැබූ පළමු දානය එයයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ තපස්සු, භල්ලුක වෙළෙඳුන් දෙදෙනාට ධර්මය දේශනා කළ සේක. බුදුන් සරණ හා දහම් සරණ ගිය පළමු උපාසකවරු වූවෝ එම වෙළෙඳුන් දෙදෙනා ය.

ධර්මය දේශනා කිරීමට ආරාධනා කිරීම

බුදුරජාණන් වහන්සේ නැවතත් අජපල් නුග රුක මුලට වැඩි සේක. එහි දී උන්වහන්සේ තමන් අවබෝධ කර ගත් ධර්මයෙහි ගැඹුරු බව පිළිබඳ ව යළිත් මෙනෙහි කළ සේක. තමන් වහන්සේ අවබෝධ කරගත් ධර්මය මිනිසුන්ට වටහා ගත හැකි වේ දැයි උන්වහන්සේ සිතමින් සිටියහ. එතැනට පැමිණි සහම්පති මහා බ්‍රහ්මයා උන්වහන්සේගේ ශ්‍රී සද්ධර්මය ලෝකයට දේශනා කරන මෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලීමක් කළේ ය. බුදුරජාණන් වහන්සේ එම ඉල්ලීම පිළිගත් සේක.

දහම් ඇසීමට සුදුසු අය සෙවීම

තමා අවබෝධ කර ගත් ධර්මය පළමුවෙන් ම දේශනා කළ යුත්තේ කවරකුට දැයි බුදුරජාණන් වහන්සේ නුවණින් විමසා බැලූ සේක. එහි දී උන්වහන්සේට සිහිපත් වූයේ තමන් වහන්සේ සත්‍යය සොයා යන කාලයේ දී හමු වූ ගුරුවරුන් ගැන ය. ඒ වන විට **භග්ගව, අළාරකාලාම** හා **උද්දක රාමපුත්ත** යන ගුරුවරුන් මිය ගොස් ඇති බව උන්වහන්සේ සිය නුවණින් දැන ගත්හ. ඉන් පසුව උන්වහන්සේ තමන් දුෂ්කර ක්‍රියා කළ සමයේ දී තමන්ට උවටැන් කළ පස්වග තවුසන් පිළිබඳ ව විමසා බැලූහ. ඔවුන් මේ වන විට බරණැස ඉසිපතනයේ සිටින බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දැන ගත් සේක.

ඉසිපතනය බලා වැඩම කිරීම

පස්වග තවුසන්ට ධර්මය දේශනා කිරීම සඳහා බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉසිපතන මිගදාය බලා වැඩම කළ සේක. එසේ වඩින උන්වහන්සේට අතරමග දී **උපක** නම් ආජීවක හමු විය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දැක පැහැදුණු උපක, උන්වහන්සේගෙන් තොරතුරු විමසුවේ ය. තමා සියල්ල ජයගත් කෙනකු බව බුදුරජාණන් වහන්සේ උපකට පැවසූ සේක. ඒ ඇසූ උපක, බුදුරජාණන් වහන්සේ **අනන්ත ජින** නම් වේ යැයි පැවසී ය.

පස්වග තවුසන් හමුවීම

පස්වග තවුසන්ට ඈත සිට වඩින බුදුරජාණන් වහන්සේ දැක ගැනීමට ලැබුණි. ඔවුහු පස් දෙනා මෙසේ කතිකා කර ගත්හ.

"සිදුහත් තාපසතුමා අපගේ කීම නොඅසා දුෂ්කර ක්‍රියාව නතර කළා. තනිව ම බුදු වීමට උත්සාහ කළා. ඒත් බුදු වීමට නොහැකි ව නැවතත් අපේ උදවු බලාපොරොත්තුවෙන් පැමිණෙනවා. අපි කිසි ම සංග්‍රහයක්, සත්කාරයක් නොකර සිටිමු. රජ පෙළපතක කෙනකු නිසා හිඳ ගැනීමට ආසනයක් පමණක් දෙමු."

බුදුරජාණන් වහන්සේ ආරාමයට ළංවත් ම තම කතිකාව අනුව සිටීමට පස්වග තවුසන්ට නොහැකි විය. එක් අයෙක් පෙර මගට ගොස් බුදුරජාණන් වහන්සේ පිළිගත්හ. තවත් කෙනෙක් පැන් රැගෙනවිත් පා ධෝවනය කළහ. තවත් කෙනෙක් බුදුරජාණන් වහන්සේට හිඳ ගැනීමට ආසනයක් පිළියෙල කර දුන්හ. නමුත් ඔවුහු බුදුරජාණන් වහන්සේට, යහළුවකුට මෙන් කතා කළහ. එසේ කතා නොකරන ලෙසත්, තමන් වහන්සේ බුද්ධත්වයට පත් වූ බවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ පස්වග තවුසන්ට පෙන්වා දුන් සේක.

මංගල ධර්ම දේශනය



බුදුරජාණන් වහන්සේ සමග සාකච්ඡා කිරීමෙන් අනතුරුව උන්වහන්සේ බුද්ධත්වයට පත් වී ඇති බව පස්වග තවුසෝ ස්ථිර වශයෙන් ම දැනගත්හ. ඉන් පසු ව ඔවුහු බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ධර්මය ඇසීමට සූදානම් වූහ.

එදින ඇසළ මස පුර පසළොස්වක පොහොය දා විය. බුදුරජාණන් වහන්සේ තම මංගල ධර්ම දේශනාව වන **ධම්මචක්කප්පවත්තන සූත්‍රය** පස්වග තවුසන්ට දේශනා කළහ.

ධම්මචක්කප්පවත්තන සූත්‍රය ඇසූ පස්වග තවුසෝ ද, දෙවිවරු ද, බ්‍රහ්මයෝ ද සාදුකාර දුන්හ. ධර්ම දේශනය අවසානයේ දී කොණ්ඩඤ්ඤ තවුසා සෝවන් මාර්ග ඵලයට පත් විය. බුදු සසුනෙහි පළමුවෙන් ම සෝවන් මාර්ග ඵලයට පත් වූයේ කොණ්ඩඤ්ඤ තාපස තුමා ය. එම නිසා **අඤ්ඤා කොණ්ඩඤ්ඤ** නමින් උන්වහන්සේ හඳුන්වන ලදි. ඉන් පසු පිළිවෙළින් ඉදිරි දිනයන්හි **වප්ප, භද්දිය, මහානාම, අස්සජි** යන තාපසවරු ද ධර්මය අසා සෝවන් මාර්ග ඵලයට පත් වූහ. බුදුරජාණන් වහන්සේ පස්වග තවුසන්ට **ඒහි භික්ඛු භාවයෙන්** පැවිද්ද හා උපසම්පදාව ලබා දුන් සේක.

මංගල ධර්ම දේශනයෙන් සතියකට පසු පස්වග භික්ෂූන් වහන්සේලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ **අනත්ත ලක්ඛණ සූත්‍රය** අසා රහත්භාවය ලැබූහ.

සංඝ සමාජය ආරම්භ කිරීම

බුදුරජාණන් වහන්සේ බරණැසට වැඩම කළ පළමු ගමනේ දී ම රහතන් වහන්සේලා පස් නමක් බුදු පුත් මහ සඟරුවන ලෙස ශාසනයට එක් වූහ.

එකල බරණැස් සිටුතුමාගේ යස නම් තරුණ පුතා ගිහි ජීවිතය පිළිබඳ ව අසතුටට පත් වී සිටියේ ය. එනිසා ම දිනක් ඔහු තම දෙමවුපියන්ටත්, බිරිඳටත් නොදන්වා නිවසින් පිට වී මහ මග දිගේ ගමන් කළේ ය. ඒ වෙලාවෙහි ඉසිපතනයේ මිගදායේ සක්මන් කරමින් සිටි බුදුරජාණන් වහන්සේට යස හමු විය. එවිට උන්වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය ඇසූ යස කුල පුත්‍රයා එය අවබෝධ කරගෙන සෝවන් මාර්ග ඵලයට පත් විය.

මේ අතරතුර බරණැස් සිටුතුමා තම පුතු සොයා සෑම තැනක ම ඇවිද්දේ ය. අවසානයේ දී ඔහුට බුදුරජාණන් වහන්සේ දකින්නට ලැබිණ. යස පුතු ගැන විමසූ සිටුතුමාට බුදුරජාණන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කළහ. එම ධර්මය අසා බරණැස් සිටුතුමා සෝවන් වූ අතර, යස පුතු රහත් භාවයට පත් විය. ඒහි භික්ඛු භාවයෙන් යස පුතු පැවිදි විය. බරණැස් සිටුතුමා පසු දින බුදුරජාණන් වහන්සේට හා යස තෙරණුවන්ට තම නිවසේ දානයට ආරාධනා කළේ ය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ යස රහතන් වහන්සේ ද සමග බරණැස් සිටුතුමාගේ නිවසේ දානයට වැඩම කළහ. දන් වළඳා අවසානයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කළහ. එම ධර්ම දේශනාව අසා සිටි **යස තෙරණුවන්ගේ** මව හා **ගිහි කල බිරිඳ සෝවන්** වූහ. ඔවුහු බුද්ධ රත්නය, ධම්ම රත්නය, සංඝ රත්නය යන තෙරුවන් සරණ ගිය පළමු උපාසිකාවෝ වූහ.

යසකුල පුත්‍රයාගේ මිතුරන් වූ **විමල, සුබාහු, පුණ්ණජි, ගවම්පති** යන අය යස සොයා පැමිණියහ. ඔවුහු බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ධර්මය අසා පැවිදි ව රහත් වූහ. යස සහ මිතුරන් සතර දෙනා පැවිදි වූ බව දැන ගත් ඔවුන්ගේ තවත් යහළුවන් පනස් දෙනෙක් ද පැමිණ බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ධර්මය අසා පැවිදි ව රහත්භාවය ලැබූහ.

මේ වන විට බුදු සසුනේ රහතන් වහන්සේලා හැට නමක් වූහ. එනම් **පස්වග රහතන් වහන්සේලා, යස රහතන් වහන්සේ** සහ **අනිකුත් රහතන් වහන්සේලා පනස් හතර නමයි.** මෙය සංඝ සමාජයේ ආරම්භය විය. උන්වහන්සේලා **ප්‍රථම ධර්ම දූත කණ්ඩායම** ලෙස හැඳින්වෙති.

තනි තනි ව ගම් නියම්ගම්වල ඇවිදිමින් බොහෝ දෙනාගේ යහපත පිණිස, හිතසුව පිණිස, ධර්මය දේශනා කරන මෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ රහතන් වහන්සේලා හැට නමට වදාළ සේක.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ද ධර්මය දේශනා කිරීම සඳහා උරුවෙල් දනවුව වෙත වැඩම කළ සේක. එසේ වඩින අතරමග දී භද්දවග්ගිය නම් වූ කුමාරවරු තිස් දෙනෙක් උන්වහන්සේට හමු වූහ. මේ සියලු දෙනා ම බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් බණ අසා පැවිදි ව රහත් වූහ. මේ අනුව ධර්මදූත පිරිසට තවත් රහතන් වහන්සේලා තිස් නමක් එක් වූහ. මෙම රහතන් වහන්සේලා ද ධර්ම දේශනා කිරීම පිණිස ගම් දනවු බලා නික්ම ගියහ.



ක්‍රියාකාරකම 1

හිස්තැනට අදාළ පිළිතුරු පාඩමෙන් සොයා ලියන්න.

1. බුදුන්, දහම් සරණ ගිය පළමු උපාසකවරු වූවෝ __________ සහ ______________ යන දෙදෙනා ය.

2. පස්වග තවුසන් වාසය කළේ ______________ ය.

3. බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉසිපතනයට වඩින අතරමග දී ________ ආජීවක හමු විය.

4. __________, __________, __________, __________, සහ ___________ යනු පස්වග තවුසන්ගේ නම් ය.

5. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මංගල ධර්ම දේශනාව වූයේ ______________ සූත්‍රයයි.

6. කොණ්ඩඤ්ඤ තාපසතුමා මංගල ධර්ම දේශනාව අසා පළමුවෙන් ම ______________ මාර්ග ඵලයට පත්විය.

7. පස්වග භික්ෂූන් වහන්සේලා රහත් වූයේ ______________ සූත්‍රය අසා ය.

ක්‍රියාකාරකම 2

පිළිතුරු ලියන්න.

1. ගිහි ජීවිතය ගැන කලකිරී බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙතට ආ සිටු පුත්‍රයාගේ නම ලියන්න.

2. යස සිටු පුත්‍රයාගේ යහළුවන් සතර දෙනාගේ නම් ලියන්න.

3. තෙරුවන් සරණ ගිය ප්‍රථම උපාසිකාවෝ කවරහු ද?

4. පළමු රහතන් වහන්සේලා හැට නම නම් කරන්න.

5. බුදුරජාණන් වහන්සේට උරුවෙල් දනවුවේ දී මුණ ගැසුණු කුමාරවරු කවරහු ද?



3 සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණයේ අසිරිමත් බව

පන්සාළිස් වසක් පුරා ගම් දනව්වලට වඩිමින් ජනතාවට ධර්මය දේශනා කළ බුදුරජාණන් වහන්සේ, උපතින් අසූ වැනි වයසේ දී අවසාන වස් කාලය ගත කිරීමට වැඩම කළේ විශාලා මහනුවර අසල වූ බේලුව ගමට ය. එහි දී උන්වහන්සේ රෝගී වූහ. බුදුරජාණන් වහන්සේට උපස්ථාන කළ ආනන්ද හිමියෝ මහත් දුකට පත් වූහ. අධිෂ්ඨාන බලයෙන් එම රෝගය තාවකාලිකව යටපත් කර ගැනීමට බුදුරජාණන් වහන්සේට හැකියාව ලැබිණ.

වස් කාලය අවසානයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සැවැත් නුවරටත්, එතැනින් රජගහ නුවරටත්, යළිත් විශාලා මහනුවරටත් වැඩම කළ සේක. උන්වහන්සේ චාපාල චෛතිය ප්‍රදේශය රමණීය ප්‍රදේශයක් බව ප්‍රකාශ කළ සේක. චාපාල චෛතිය අසල දී බුදුරජාණන් වහන්සේ තව තෙමසකින් පිරිනිවන් පාන බව භික්ෂූන් වහන්සේලාට දැන්වූහ. මෙය **ආයු සංස්කාරය** අත හැරීම ලෙස හැඳින්වේ.

විශාලා මහනුවර කූටාගාර ශාලාවට රැස් වූ භික්ෂූන් වහන්සේලා අමතා බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක.

"මා අවබෝධ කරගත් ධර්මය ඔබ සැමට දේශනා කළෙමි. ඒ ධර්මය හොඳින් ඉගෙන ගන්න. සමාජයේ මිනිසුන්ගේ යහපත පිණිසත්, බුදු සසුනේ දියුණුව පිණිසත් කටයුතු කරන්න. තව තුන් මසකින් මාගේ පිරිනිවන සිදු වේ."

බුදුරජාණන් වහන්සේ පිරිනිවන් පාන බව ඇසූ රහතන් වහන්සේලා ධර්ම සංවේගයට පත් වූහ. රහත් තත්ත්වයට පත් නොවූ භික්ෂූන් වහන්සේලා ඇතුළු පිරිස මහත් ශෝකයට පත්ව හඬා වැලපුණහ.

මේ අතර ධම්මාරාම හිමි පමණක් හුදෙකලාව භාවනා කරමින් සිටියේ ය. ඒ හිමියන්ගේ උත්සාහය වූයේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පිරිනිවීමට පෙර රහත් බව ලබා ගැනීම ය. එම උත්සාහය බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් මහත් සේ අගය කරන ලදි.

විශාලා මහනුවරින් නික්මුණු බුදුරජාණන් වහන්සේ ඇතුළු භික්ෂූන් වහන්සේලා නගර කිහිපයක් පසු කර පාවා නුවරට වැඩම කළ සේක. එහි දී චුන්ද කර්මාර පුත්‍රයාගෙන් ලැබූ සූකර මද්දව දානය වැළඳීමෙන් පසු ව බුදුරජාණන් වහන්සේගේ යටපත් වී තිබූ රෝගී තත්ත්වය යළිත් මතු විය. බුදුරජාණන් වහන්සේ ලබා ගත් අවසාන දානය වූයේ ද චුන්ද කර්මාර පුත්‍රයාගේ එම දානයයි.

පාවා නුවරින් පිටත් වී කුසිනාරා නුවර බලා වඩින බුදුරජාණන් වහන්සේට මහත් වෙහෙසක් ද, ක්ලාන්ත ගතියක් ද, පිපාසයක් ද දැනිණි. භික්ෂූන් වහන්සේලා බුදුරජාණන් වහන්සේට සිවුරක් එලා ආසනයක් පිළියෙල කර දුන්හ. එහි වැඩ සිටි බුදුරජාණන් වහන්සේට ආනන්ද හිමියෝ පැන් ගෙනැවිත් පිළිගැන්වූහ. ටික වේලාවකින් බුදුරජාණන් වහන්සේ භික්ෂූන් වහන්සේලා සමග කුකුත්ථා නදිය වෙත වැඩම කොට පැන් පහසු වූහ. ඉන් පසු අසල වූ අඹ වනයට වැඩි බුදුරජාණන් වහන්සේ සිවුර බිම එලා එහි සැතපුණු සේක.

එතැනට පැමිණි පුක්කුසාති නම් රජ කුමරෙක් (මල්ල රජ පුත්‍රයෙක්) බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් බණ අසා තෙරුවන් සරණ ගියේ ය. ඔහු වටිනා සිවුරු දෙකක් බුදුරජාණන් වහන්සේට පූජා කළේ ය. ආනන්ද හිමි ඉන් එක් සිවුරක් බුදුරජාණන් වහන්සේට පෙරවී ය.

තමා දුන් දානය වැළඳීමෙන් පසුව බුදුරජාණන් වහන්සේ රෝගී වීම ගැන චුන්ද කර්මාර පුත්‍රයාගේ සිතේ පසුතැවීමක් ඇති වේ යැයි බුදුරජාණන් වහන්සේ සිතූ සේක. එසේ වුවහොත් චුන්දගේ සිත සනසන මෙන් උන්වහන්සේ ආනන්ද හිමිට පැවරූහ. බුදු වීමට පෙර සුජාතා සිටු දුව පිළිගැන්වූ දානයත්, පිරිනිවන් පෑමට පෙර චුන්ද පිළිගැන්වූ දානයත් එක හා සමාන ආනිශංස ගෙන දෙන බව බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළ සේක.

බුදුරජාණන් වහන්සේ විශාලා මහනුවරින් නික්මී භණ්ඩගාම, හත්තිගාම, අම්බගාම, ජම්බුගාම යන ගම් පසු කර භෝග නගරයට වැඩියහ. භෝග නගරයෙන් නික්මී පාවා නුවරට වැඩම කර, පසුව කුසිනාරා නුවර මල්ල රජවරුන්ගේ උපවත්තන නම් සල් උයනට වැඩියහ. එහි සල් ගස් දෙකක් අතර පැනවූ යහනක සිංහ සෙයියාවෙන් සැතපුණු සේක.

එදින වෙසක් පුන් පොහෝ දිනයයි. සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පිරිනිවීම සිදුවන දිනයයි. පිපී තිබුණු සල් මල් පෙති, මල් රේණු බුදුරජාණන් වහන්සේට පූජා පිණිස මෙන් බුදු සිරුර වසා ගනිමින් වැටිණි. දෙවියෝ, බ්‍රහ්මයෝ අහසේ සිට දිව්‍ය මල් විසුරුවමින් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රී ශරීරයට පූජා පවත්වන්නට වූහ. රහත් භාවයට පත් නොවූ භික්ෂූන් වහන්සේලා හඬා වැලපෙන්නට වූහ. සංවේගයට පත් වූ දෙවියෝ මෙන් ම බ්‍රහ්මයෝ ද හඬා වැලපුණහ. මුළු පරිසරය ම නිසල වී පැවතුණි.

සංවේගයෙන් හා ශෝකයෙන් සිටි සියලු දෙනා ඇමතූ බුදුරජාණන් වහන්සේ සැදැහැවතුන් විසින් දැක වන්දනාමාන කර ගත යුතු ස්ථාන සතරක් ගැන දේශනා කළ සේක.

1. සිදුහත් කුමරු උපන් ස්ථානය
2. බෝසතාණන් වහන්සේ බුද්ධත්වයට පත් වූ ස්ථානය
3. බුදුරජාණන් වහන්සේ පළමු ධර්ම දේශනය පැවැත්වූ ස්ථානය
4. සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණය සිදු වූ ස්ථානය

ශෝකයෙන් හඬන ආනන්ද හිමියන් සනසමින් බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක.

"ආනන්ද, ශෝක නොකරන්න. දුක් නොවන්න. නොවැලපෙන්න. ඔබ ඉතාමත් හොඳින් බුද්ධ උපස්ථානය සිදු කළා. ඔබ බොහෝ පින් කළ හිමි නමක්. උත්සාහ කරන්න. භාවනා කරන්න. ඉක්මනින් ම ඔබට රහත් වීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත."

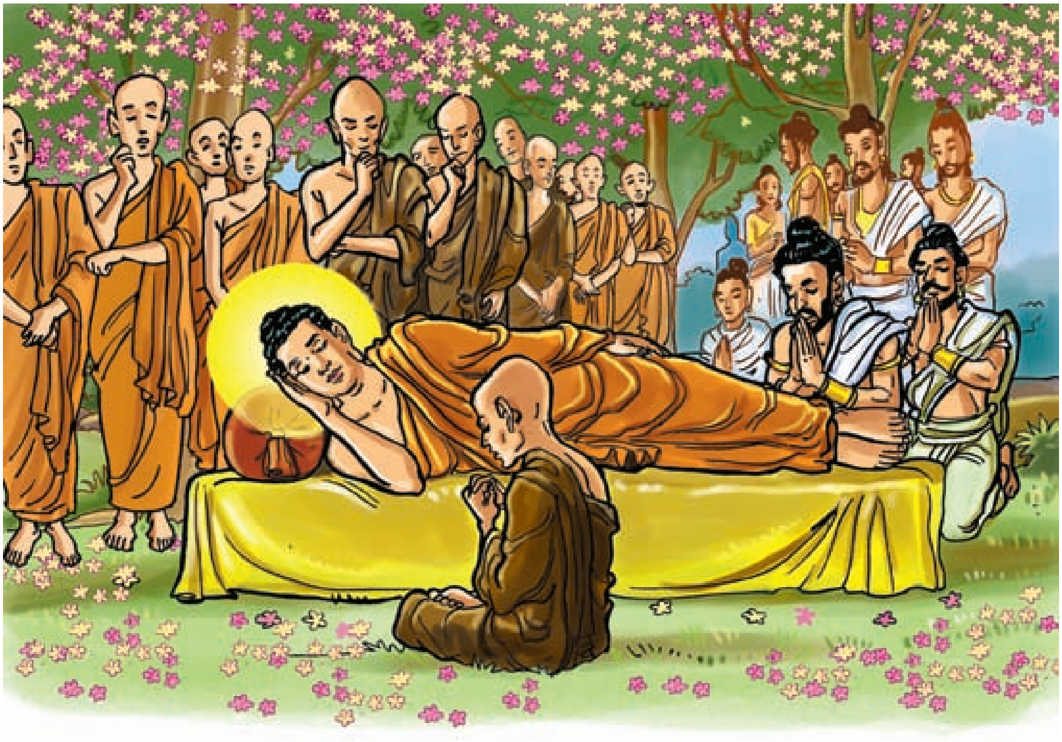
මේ අවස්ථාවේ දී එතැනට පැමිණි සුභද්‍ර නම් තවුසාට ධර්මය පිළිබඳ කරුණු කිහිපයක් බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් දැන ගැනීමට අවශ්‍ය විය. පිරිනිවන් මංචකයේ සිටින බුදුරජාණන් වහන්සේ සමග කතා කිරීමට ඔහු ආනන්ද හිමිගෙන් අවසර ඉල්ලුවේ ය. බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙහෙසට පත් වන නිසා ආනන්ද හිමි එයට ඉඩ නොදුන් නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ සුභද්‍ර තමන් වෙත ගෙන්වා ගත් සේක.

බුදුරජාණන් වහන්සේ සුභද්‍ර ඇසූ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දුන් සේක. ධර්මය ඇසූ සුභද්‍ර පැවිදි ව රහත්භාවයට පත් විය. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ **අන්තිම ශ්‍රාවකයා සුභද්‍ර මහරහතන් වහන්සේ** ය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ භික්ෂූන් වහන්සේලා අමතා මෙසේ වදාළ සේක.

"මහණෙනි, මම අවසන් වරට ඔබ අමතමි. සියලු සංස්කාර ධර්ම වෙනස් වන සුලු ය. ප්‍රමාද නොවී කුසල් දහම් හි යෙදෙන්න."

මෙය බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අන්තිම බුද්ධ වචනයයි.



එදින රාත්‍රියේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑ සේක. උපවත්තන සල් උයනත් අවට පරිසරයත් පුරා පැතිරී ගියේ මහත් ශෝකයකි. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ බුදු සිරුර වැසෙන සේ සල් මල් වැටුණි. සල් මල් සුවඳ සෑම තැනක ම පැතිරී ගියේ බුදුරජාණන් වහන්සේට සොබාදහම දක්වන ගෞරවයක් ලෙසිනි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑ විගස මහ පොළොව කම්පා විය. අහස්තලය ගිගුම් දුන්නේ ය. සියලු දෙවිවරු වැඳුම් පිදුම් කළහ. මල්ල රජ දරුවෝ දින සතක් ම සුවඳ මල්, සුවඳ පැන් ආදියෙන් බුදු සිරුරට පූජා කළහ. සක්විති රජ කෙනකුගේ ආදාහනයක් මෙන් සියලු සිරිත් විරිත් සහිත ව බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ආදාහන කටයුතු පිළියෙල කෙරිණි.

මල්ල රජ දරුවන් විසින් **මකුටබන්ධන** නම් ස්ථානයේ සඳුන් දරවලින් සාදන ලද සෑයක බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රී දේහය තැන්පත් කර ආදාහනය කරන ලදි.



ක්‍රියාකාරකම

1. සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණය සිදු වූ මොහොතේ ඇති වූ අසිරිමත් සිදුවීම් පෙළගස්වන්න.



පුහුණුවට

“හන්දදානි භික්ඛවේ - ආමන්තයාමි වො
වයධම්මා සංඛාරා - අප්පමාදේන සම්පාදේථ”



4 ඡත්ත මාණවක ගාථා

දිනිති පාසල නිම වී ගෙදර අවුත් සවස අඹ ගස යට බංකුව මත වාඩි වී, “යෝ වදතං පවරෝ මනුජේසු” යන ගාථා තාලයට ගායනා කරමින් සිටියා ය.

යෝ වදතං පවරෝ මනුජේසු
සක්‍යමුනී භගවා කතකිච්චෝ
පාරගතෝ බල විරිය සමංගී
තං සුගතං සරණත්තමුපේමී

රාග විරාග මනේජ මසෝකං
ධම්ම මසංඛත මප්පටි කූලං
මධුරමිමං පගුණං සුවිභත්තං
ධම්මමිමං සරණත්තමුපේමී

යත්ථ ච දින්න මහප්ඵලමාහු
චතුසු සුචීසු පුරුසයුගේසු
අට්ඨ ච පුග්ගල දම්මදසාතේ
සංඝමිමං සරණත්තමුපේමී

දිනිතිට සවන් දෙමින් සිටි අත්තම්මා, “ඇයි දුව, අද ඡත්ත මාණවක ගාථා පාඩම් කරන්නේ?” යැයි විමසුවා ය.

“අත්තම්මේ, අපේ පාසල අවසන් වෙනකොට කියන්නේ මේ ගාථා තුන. ගුරුතුමී කිවුවා මේ ගාථා කට පාඩම් කරගන්න කියලා.”

"දුව දන්නවාද බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔය වටිනා ගාථා දේශනා කළේ කාටද කියලා?"

"නැහැ අත්තම්මේ."

"ඡත්ත කියන මාණවකට තමයි ඔය ගාථා දේශනා කරලා තියෙන්නේ."

"ඒ ගැන මට කියලා දෙන්නකෝ අත්තම්මේ," යි දිනිති කීවා ය.

අත්තම්මා කථාවට මුල පිරුවා ය.

උක්කට්ඨා කියන නගරයේ "පොක්ඛරසාති" නම් බමුණු පඬිවරයෙක් හිටියා. ඡත්ත මාණවක මේ ඇදුරුතුමා වෙත ඇවිත් ශිල්ප ඉගෙන ගත්තා. සියලු ශිල්ප උගත් ඡත්ත මාණවක ගුරු පඬුරු ගෙනෙන්නට ගමට ගියා. කහවණු රැගෙන ඡත්ත මාණවක එන බව හොරුන් පිරිසකට දැනගන්නට ලැබුණා.

"ඉතිං අත්තම්මේ, ඊට පස්සේ මොක ද වුණේ?"

අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ හැම දා ම කාට ද පිහිට වෙන්නේ කියලා බුදු ඇසින් ලෝකය දිහා බලනවා. එතකොට ඡත්ත මාණවකට වෙන්න යන විපත උන්වහන්සේ දිවැසින් දුටුවා.

පෙර කරන ලද අකුසල කර්මයක් නිසා ඡත්ත මාණවක සොරුන් අතින් මිය යන බව බුදු ඇසට පෙනුණා. ඡත්ත මාණවකට දෙව්ලොව ඉපදීමට තරම් පින් ඇති බව දැනගත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔහු එන පෙරමගට වැඩම කළා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ තුනුරුවන්ගේ ගුණ කියවෙන මේ ගාථා තුන ඡත්ත මාණවකට කියා දුන්නා. ඡත්ත ඒ තුනුරුවන්ගේ ගුණ කියවෙන යෝ වදතං පවරෝ මනුජේසු.... යන ගාථා කියමින් ඉදිරියට ගියා. මග රැකගෙන සිටි සොරෙක් විෂ පෙවූ හීයකින් ඡත්තට විද්දා. ඡත්ත මැරී වැටුණා. සොරු කහවණු පොදිය ගෙන පැන ගියා. මැරී වැටුණු ඡත්ත ඒ වෙලාවේ ම තව්තිසා දෙව්ලොව රන් විමනක ඉපදුණා.

ඡත්ත මැරී සිටින බව ඇදුරුතුමාටත් දෙමාපියන්ටත් ආරංචි වෙලා හඬා වැලපෙමින් එතැනට රැස් වුණා. එය දිවැසින් දුටු බුදුරජාණන් වහන්සේ එතැන ගසක් මුලට සෘද්ධියෙන් වැඩියා.

එවිට ඡත්ත දිව්‍ය පුත්‍රයා ද බුදුරජාණන් වහන්සේ දැක තව්තිසා දෙව්ලොව සිට එතැනට පැමිණ බුදුරදුන්ට වැඳ පැත්තකින් වාඩිවුණා.

“ඉතිං අත්තම්මේ, එයාගේ අම්මලා තාත්තලා පුදුම වෙන්න ඇතිනෙ.”

පුදුම නොවෙයි ද දුවේ? සිද්ධ වුණු සියලු දේ ම පැමිණ සිටි පිරිසට කියන්න කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දිව්‍ය පුත්‍රයාට කීවා.

“මම දිව්‍ය ලෝකයේ උපත ලැබුවේ මිය යන අවස්ථාවේ තුනුරුවනේ ගුණ සිහිපත් කරමින් සිටි නිසා,” යැයි දිව්‍ය පුත්‍රයා කිවුවා.

“හරි පුදුමයි අත්තම්මේ.”

ඔව්, දුවේ ඡත්ත පෙර ආත්මෙක කරලා තිබුණ පවක් නිසා අකාලයේ මිය යන්න තිබුණා. ඒ වගේ ම නරක තැනක ඉපදෙන්නත් තිබුණා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියා දුන් ගාථා අහගෙන තුනුරුවන් ගුණ සිහි කරමින් ගිය නිසයි ඡත්ත දිව්‍යලෝකයේ ඉපදුණේ. බුදුරජාණන්

වහන්සේ ඡත්ත දිව්‍ය පුත්‍රයාගේ දෙමාපියන්ටත් ධර්මය දේශනා කළා. ඒ ධර්මය අහපු දෙමවුපියෝ ද, ඡත්ත මාණවක දිව්‍ය පුත්‍රයා ද සෝවන් වුණා. ඉන් පසුව දිව්‍ය පුත්‍රයා බුදුරජාණන් වහන්සේට වැඳ ආපසු දිව්‍ය ලෝකයට ම ගියා" යැයි අත්තම්මා කතාව අවසන් කළා ය.

බොහෝ පාසල්වල ඡත්ත මාණවක ගාථා ගායනා කිරීමෙන් පාසල නිමා කෙරේ. තුනුරුවන්ගේ ගුණ ඇතුළත් මෙම ගාථා ඡත්ත මාණවකට දේශනා කළ නිසා **ඡත්ත මාණවක ගාථා** ලෙසින් හැඳින්වේ.



ක්‍රියාකාරකම

නිවැරැදි පිළිතුර තෝරන්න.

1. ඡත්ත මාණවක ගාථාවල ඇතුළත් වන්නේ ______________ ය.
   (බුදු ගුණ / තුනුරුවන් ගුණ)

2. ඡත්ත මාණවක මියගොස් ඉපදුණේ ______________ ය.
   (දෙව්ලොව / අපායේ)

පුහුණුවට

ඡත්ත මාණවක ගාථාවල තේරුම

උතුම් වදන් ඇති මිනිසුන් අතරේ
කර කිස නිම වූ බුදු හිමි සසරේ
විරියෙන් බලයෙන් දිනු භව කතරේ
සුගත තථාගත සරණයි මෙවරේ

ඇල්මෙන් බැඳුමෙන් සොවින් ඉවත් වූ
පිළිකුල් නුවණා දහම් ගඟක් වූ
මිහිරෙන් වැඩුමෙන් මොනවට පෙන් වූ
දහම් සරණ යමි මා හට සෙත් වූ

සිවු සිවු මග පල අනුව නිවන් පත්
සඟ ගණ අට පුඟුලෝ යන නම් ලත්
දින දින දිය කරනා මහ බලවත්
සරණට එළඹෙමි මහ සඟ බලවත්



5 සිනා සී කතා කරමු

ගුරුතුමිය සිනා මුසු මුහුණින් යුතුව පන්තියට ආවා ය.

තෙරුවන් සරණයි! දුවේ පුතේ.
සුභ උදෑසනක් හැම දෙනාට ම.

තෙරුවන් සරණයි!
සුභ උදෑසනක් වේවා! ගුරු මෑණියනි, කියමින් ප්‍රසන්නව සිනහ පළ කරමින් ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවෝ ද ගුරුතුමිය පිළිගත්හ.

ඊයෙ මං බස් එකට නගින කොට බස් එකේ සෙනග පිරිලා. ටික වේලාවකින් “ටීචර්, එන්න වාඩිවෙන්න,” කියලා කවුද කතා කරන හඬක් මට ඇහුණා. මං වටපිට බැලුවා. එතකොට මං දැක්කා පුංචි කාලේ මගෙන් ඉගෙන ගත්ත ‘රන්මිණී’ කියන දුව සිනාසෙමින් නැගිටලා මට කතා කළා. සෙනග අතරින් මම ඒ දුව හිටපු තැනට ගියා. ඇය මට වාඩි වෙන්න කියා එයාගෙ අසුන පිරිනැමුවා.

ඒ දුව හරි ම ප්‍රසන්නයි. පුංචි කාලේ වගේ ම කොණ්ඩෙ ගොතලා, ලස්සන ගවුමක් ඇඳලා චාම් ආකාරයට සැරසිලා හිටියා. රන්මිණීගේ චාම් බව නිසා තවත් ලස්සන වෙලා. ඒ දුවත් එක්ක මම ටිකක් කතා කළා. රණ්මිණී දැන් හොඳ රැකියාවක් කරනවා. දහම් පාසලෙත් උගන්වනවා. බොහොම සතුටින් ඉන්නවා.

රන්මිණී දුව පුංචි කාලෙ දී පොත්පත්, පැන්සල් අරපිරිමැස්මෙන් පාවිච්චි කළා. අනවශ්‍ය දේවල් ඉල්ලලා දෙමාපියන්ට කරදර කළේ නැහැ.

කරණීයමෙත්ත සූත්‍රයේ "සල්ලවුකවුත්ති" යන්නෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පහදා දුන්නේ සැහැල්ලු දිවි පැවැත්මක් ඇති කර ගත යුතු බවයි. ඒ ආකාරයට ඇය ජීවත් වුණා. සරල චාම් විදියට ජීවත් වුණාම මුදල් නාස්ති වෙන්නෙ නැහැ. රන්මිණි දුව හොඳ ළමයෙක්. හොඳ ළමයින්ට කවදත් හරියනවා. වරදින්නේ නැහැ. ඒ දුව ගැන මට හරි ම සතුටුයි. බස් රථයේ හිටපු වැඩිහිටි සීයා කෙනකුත් ඒ දුවට ප්‍රශංසා කළා.

"ඉතිං දුවේ, පුතේ, මං අද ඔයාලාට කියලා දෙන්න යන්නේ මගතොට ගමන් කරන විට දී ආචාරශීලී ව කටයුතු කළ යුතු ආකාරය ගැනයි. මගතොට ගමන් කරන විට අප ඇති කර ගත යුතු ආචාර ධර්ම කිහිපයක් මම පත්‍රිකාවල ලියාගෙන ආවා. පුතාලා දෙන්නෙක් මට උදවු කරන්න, මේ පුවරු ටික ප්‍රදර්ශන පුවරුවේ එල්ලන්න." ගුරුතුමී කීවා ය.

අනුත්තරා හා තරිඳු උදවු කරන්න නැගිටලා ආවා.

දන්නා හඳුනන කෙනකු දුටු විට ප්‍රසන්නව සිනා සී කතා කරන්න.

අපේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා දුවේ, පුතේ, **පුබ්බභාසී** හා **පුබ්බභාසී** පිළිවෙත් අනුගමනය කිරීම ගැන.

පුබ්බභාසී කියන්නේ පළමුව සිනාසීම.

පුබ්බභාසී කියන්නෙ පළමුව කතා කිරීම.

අපප දන්නා හඳුනන යහළුවෙක්, ගුරුවරයෙක්, වැඩිහිටියෙක්, නෑදෑයෙක් හමු වූ විටක ප්‍රසන්නව සිනා සී කතා කිරීම හොඳ ආචාර ධර්මයක්.

ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් දුටු විට ගෞරවාන්විතව කටයුතු කරන්න.

දුවේ, පුතේ, මග තොටේ දී, පන්සලක දී, පාසලක දී හෝ වෙන යම් ස්ථානයක දී හෝ ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් වඩිනවා දුටුවොත් අපි වාඩි වෙලා ඉන්න අවස්ථාවක නම් හුනස්නෙන් නැගී සිට වැඳ නමස්කාර කළ යුතුයි. අවස්ථාව හා ස්ථානය අනුව නමස්කාර පූර්වකව ගෞරවාන්විතව කටයුතු කළ යුතුයි.

බස් රථයක ගමන් කරන විට ගුරුවරයකුට වැඩිහිටියකුට හෝ උදවු අවශ්‍ය කෙනකුට වාඩි වී සිටින අසුන පිරිනමන්න.

අපි සැමදෙනාම ඇති කරගත යුතු ආචාර ධර්මයක් ගැන තමයි මං පාඩම පටන් ගන්නා විට ඔයාලට කියා දුන්නේ. බසයේ දී මම රන්මිණි දුව දැක්කෙත් නැහැ. ඒ දුවම කතා කරලා මට අසුන පිරිනැමුවා. අද සමහර දරුවෝ දැක්කත් නොදැක්කා වගේ ඉන්නවා. එහෙම කරන්න

හොඳ නැහැ. ජීවිතවලට හොඳ ගුණදම් එක් කර ගත්තා ම අපේ ජීවිත සාර්ථක වෙනවා.



පාරේ ගමන් කරන විට දකුණු පසින් සංවරව ගමන් කරන්න.

මාර්ග නීතිරීතිවලට ගරු කරන්න අප කුඩා කල සිට ම පුරුදු විය යුතුයි. අද රිය පදවන සමහර අය වැරැදි කරනවා ඔයාලා දැකලා ඇති. ඒ නිසා වන අනතුරු බොහෝමයි. කුඩා කල සිට ම ආචාරශීලී ව මාර්ග නීති කඩ නොකර සිටීමට අපි පුරුදු වෙන්න ඕනේ. පාරේ ගමන් කරන විට දකුණු පසින්, අයින් වෙලා යන්න පුරුදු වෙන්න. කෑ කෝ ගසමින් අත්වැල් බැඳගෙන පාරේ යන්න හොඳ නැහැ. ඒ වගේ ම පාර මාරු වීමේ දී පදික මාරුව ම භාවිත කිරීමට අප පුරුදු විය යුතුයි.

පොදු දේපළවලට හානි නොකිරීමටත් හානි කරන යම් කෙනකු දුටුවහොත් එසේ නොකරන ලෙස පහදා දීමටත් කටයුතු කරන්න.

අපේ පොදු දේපළ බොහොමයක් තියෙනවා. පාසල, පන්සල, රෝහල, වෙළෙඳ පොළ වැනි පොදු ස්ථානත්, බස්රථ, දුම්රිය, වැනි පොදු ප්‍රවාහන සේවාත් අප ආරක්ෂා කර ගත යුතු වෙනවා. ඒ හැම දෙයක් ම අප හැම දෙනාට ම අයිතියි. ඒවා විනාශ කරන්න හොඳ නැහැ.

ඉවත දමන දෑ තැන තැන දැමීමෙන් වළකින්න.



මේ වැරැද්ද නම් ගොඩක් දෙනා කරනවා. සමහර පන්තිවල දරුවන් වුණත් කඩදාසි, පැන්සල් උල්කරන කුඩු වගේ දේවල් තැන තැන විසි කරනවා. එහෙම කරන්න හොඳ නැහැ. බස් රථයේ දුම්රියේ ගමන් කරන විට ටොෆි කොළ, හිස් කිරි පැකට් වගේ ඉවත දමන දේවල්

වාහන තුළ හෝ පාරට හෝ දමන්න හොඳ නෑ. පුංචි කාලෙ ඉඳලා ම පරිසරය ආරක්ෂා කරගන්න අපි පුරුදු විය යුතුයි.

අද දූලා පුතාලට මේ පාඩමෙන් ගොඩක් හොඳ ගුණදම් ඇති කර ගැනීම ගැන කියා දුන්නා. අපි මේ කාඩ්පත් පාසලේ ඉන්න අනෙක් අයටත් දැනගන්න පාසලේ ප්‍රදර්ශන පුවරුවට දමමු.



ක්‍රියාකාරකම

1. මගතොට ගමන් කරන විට ඇති කර ගත යුතු ආචාරශීලී ගති පැවතුම් තුනක් ලියන්න.
2. පුබ්බභාසී හා පුබ්බභාසී යන වදන්වල තේරුම ලියන්න.
3. සරල චාම් දිවි පැවැත්ම නිසා අත්වන වාසි දෙකක් ලියන්න.



6 උපන් දිනයට බෝධිපූජා පින්කමක්

තිසර, පැතුම්, විහඟ, රන්දි හා ඉසාරා එක ම පන්තියේ ඉගෙනුම ලබන යහළුවෝ වෙති. ඔවුහු සවසට සෙල්ලම් කරන්නෙත් එකට ම ය. දරුවන්ගේ එකමුතුකම නිසා ම ඔවුන්ගේ දෙමාපියෝ ද හිතවන්තයෝ ය.

"අම්මේ, ලබන ඉරිදා තිසරගේ උපන් දිනය. තිසරගේ අම්මා සවසට පන්සලේ බෝධි පූජාවක් තියන්න සූදානම් කරලා. අපිටත් එන්න කිවුවා," යැයි විහඟ කීවේ ය.

"ඒක නම් බොහොම හොඳ වැඩක් පුතේ, අපි හැමෝ ම ඒ පින්කමට යමු," යැයි විහඟගේ අම්මා එය අගය කරමින් කැමැත්ත පළ කළා ය.

දෙමාපියෝ බෝධි පූජාවට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සූදානම් කර ගත්හ. පැතුම්ගේ අම්මා කොඩි කිහිපයක් ද, රන්දිගේ අම්මා මල් මාලා ද සකස් කර ගත්හ. දරුවෝ එක් වී මල් නෙළා ගත්හ.

පුතාගේ උපන් දිනය දා බෝධි පූජා පින්කමක් කරන බව තිසරගේ අම්මා ලොකු හාමුදුරුවන් වහන්සේ දැනුම්වත් කර අවසර ලබාගෙන තිබුණි. පිරිසිදු සංවර සුදු ඇඳුමින් සැරසුණු සියලු දෙනා ම කල්වේලා ඇති ව විහාරස්ථානය වෙත පියමං කළහ.

ඔවුන් විහාරස්ථානය වෙත පියමං කරන විට ලොකු හාමුදුරුවන් වහන්සේ බෝ මළුවේ සක්මන් කරමින් සිටියහ. ඔවුහු හාමුදුරුවන් වහන්සේට පසඟ පිහිටුවා වන්දනා කළහ. එවිට උන්වහන්සේ ඔවුනට "සුවපත් වේවා!" යි ආශීර්වාද කළහ.

“ආ.... අද තිසර පුතාගෙ උපන් දිනේට බෝධි පූජා පින්කමක් පවත්වන්න යොදා ගත්තා නේද?”

“එහෙමයි අපේ හාමුදුරුවනේ,” යැයි තිසරගේ තාත්තා පැවසුවේ ය.

“එහෙම නම් පූජාව සූදානම් කරලා දැනුම් දෙන්නකෝ. මම පොඩි හාමුදුරුවන්ට පවරන්නම් බෝධි පූජාව පවත්වන්න,” යි කියමින් ලොකු හාමුදුරුවෝ **ආවාස ගෙය** වෙත වැඩියහ.



තාත්තලා සමග එක්ව දරුවෝ චෛත්‍ය මළුව, බෝධි මළුව හා විහාර මන්දිරය ඇමද පිරිසිදු කළහ; පහන් වැටවල් හා හඳුන්කූරු දල්වන බඳුන් ද පිරිසිදු කළහ. ඉන් අනතුරුව දෑත් ධෝවනය කරගත් දරුවෝ මල්වට්ටි අලංකාර ලෙස සකස් කළහ. ඒ අතරතුර අම්මලා ගිලන්පස පිළියෙල කළහ.

පැතුම්ගේ අම්මා තමන් සකස් කරගෙන ආ කොඩි බෝ මළුව වටා එල්ලීමට දූ පුතුන්ට දුන්නා ය.

දරුවෝ එම කොඩිවල ලියා තිබූ බොදු වදන් කියවන්නට වූහ.

ආරෝග්‍ය පරමා ලාභා

නීරෝගීකම උතුම් ම ලාභයයි.

සන්තුට්ඨී පරමං ධනං

සතුට උතුම් ම ධනයයි.

සාධු වාචාය සංවරෝ

වචනයෙන් සංවර වීම යහපත් ය.

පුඤ්ඤානි කයිරාථ සුඛාවහානි

සැප ලැබෙන පින්කම් කරන්න.

"ඉසාරා, මේ අපි ඉගෙන ගත්ත බොදු වදන් නේද?" රන්දි කීවා ය.

"ඔව්, කොඩිවල ඒවා ලියුවා ම හැමෝ ම කියවනවනේ. ඒ නිසා අපේ අම්මා කිවුවා කොඩිවල බොදු වදන්, ගාථා ලියන එක හොඳයි කියලා," යැයි පැතුම් කීවේ ය.

පසු ව සැම දෙනා ම එක්ව පහන් දල්වා හඳුන්කූරු පත්තු කළහ. තිසර හා යහළුවෝ පිළිවෙළින් වෙහෙර වහන්සේට, බෝධීන් වහන්සේට හා පිළිම වහන්සේට ගිලන් පස හා පූජා ද්‍රව්‍ය තැන්පත් කළහ. ඉන් පසුව ඔවුහු පැන් කළ රැගෙන බෝධීන් වහන්සේ වටා පැදකුණු කරමින් බෝධීන් වහන්සේ නැවූහ.

"පුතේ තිසර, පැතුම් එක්ක ගිහින් බෝධි පූජාව පවත්වන්න පොඩි හාමුදුරුවන් වහන්සේ **වැඩම කරගෙන එන්න,"** යැයි තිසරගේ අම්මා කීවා ය.

"අවසරයි, අපේ හාමුදුරුවනේ, පූජාව සූදානම් කළා," යැයි තිසර කීවේ ය.

"පූජා ද්‍රව්‍ය ත්‍රිවිධ බෝධීන්ට **තැන්පත් කළා** ද?"

"එහෙමයි, අපේ හාමුදුරුවනේ"යි පැතුම් කීවේ ය.

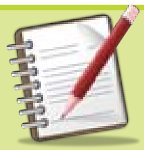
"එහෙනම් යමු දරුවනේ," යි කියමින් **වටාපත** ද රැගෙන පොඩි හාමුදුරුවෝ බෝ මළුව වෙත **වැඩියහ.**

තිසර හා පැතුම් පොඩි හාමුදුරුවන් වහන්සේට පිටුපසින් ගමන් කළහ.

පොඩි හාමුදුරුවන් වහන්සේ බෝධි පූජාව පවත්වා උපන් දිනයට බෞද්ධ වතාවත් අනුගමනය කිරීමේ වටිනාකම ගැන කරුණු පහදා දෙමින් කෙටි අනුශාසනාවක් පැවැත්වූහ.

"අද තිසරගෙ දෙමවුපියෝ හොඳ උපන් දින උත්සවයක් පැවැත්වූවා. මේ පින්කම අපි හැමෝට ම හොඳ ආදර්ශයක්," යැයි ලොකු හමුදුරුවෝ ප්‍රකාශ කළහ. තිසර උන්වහන්සේට **පිරිකර** පූජා කළේ ය. හමුදුරුවන් වහන්සේ හැම දෙනාට ම නිදුක් නීරෝගී සුවය පතමින් දීර්ඝායුෂ ප්‍රාර්ථනා කළහ. උන්වහන්සේ සෙත් පිරිත් සජ්ඣායනා කර ආශීර්වාද කරමින්, සියලු දෙනාගේ දකුණු අත් වල පිරිත් නූල් ගැට ගැසූහ. සියලු දෙනා "සීලවන්තං ගුණවන්තං" ගාථාව කියමින් උන්වහන්සේට වන්දනා කළහ.

දරුවෝ හැම දෙනා ම තම දෙමාපියන්ට වඳින ගාථා කියා වන්දනා කළෝ ය. එවිට දෙමාපියෝ, ‘සෙත් වේවා!’, ‘දළදා සමිඳුගේ පිහිටයි!’, ‘බෝ සමිඳුගේ පිහිටයි!’ ආදි වශයෙන් දරුවනට ආශීර්වාද කළහ.



ක්‍රියාකාරකම

1. බෝධි පූජාව සිදු කිරීමට පෙර සිදු කරනු ලැබූ වතාවත් දෙකක් ලියන්න.
2. මෙම පාඩමේ තද කළු අකුරින් දක්වා ඇති ශාසනික වචන ලියන්න.
3. මේ පාඩමේ සඳහන් වූ බොදු වදන් ලියන්න.



පුහුණුවට

රන්වන් පාටින් දළුලන බෝධිය
නිල්වන් පාටින් කොළලන බෝධිය
ගෞතම මුනිඳුන් පිටදුන් බෝධිය
අපිත් වඳිමු ජය සිරි මහ බෝධිය



7 දිනපතා අනුගමනය කළ යුතු හොඳ පුරුදු

අනුපමාගේ ලොකු මාමා ගුරුවරයෙකි. ඔහු සති තුනකට පෙර අනුපමාලාගේ ගෙදර ආවේ ය. ඔහු අනුපමාටත් යහළුවන්ටත්, **දිනපතා අනුගමනය කළ යුතු හොඳ පුරුදු** ගැන පත්‍රිකා කීපයක් සෑදීමට උපදෙස් දුන්නේ ය.

පසුගිය සෙනසුරාදා ලොකු මාමා නැවත අනුපමාගේ ගෙදර ආවේ ය. අනුපමා යහළුවන් සමග එකතු වී මිදුලේ සෙල්ලම් ගෙයක් සාදා තිබිණි. එහි බිත්ති සකස් කර තිබුණේ අනුපමාත් ඇගේ යහළුවනුත් ලියූ පත්‍රිකාවලිනි. හැම දෙනා ම ලොකු මාමා සමග සෙල්ලම් ගේ වටේට ඇවිදිමින් පත්‍රිකා කියවූහ.



උදෑසන අවදි වීම

අනුපමා ලිවුවා



* උදෑසනින් අවදි වීම
* නිදා සිටි ස්ථානය පිළිවෙළකට සකස් කිරීම (කොට්ටය, ඇඳ ඇතිරිල්ල, පොරෝනාව)
* වතුර වීදුරුවක් පානය කිරීම
* දත් මැද මුහුණ සෝදා ගැනීම
* නැවුම් සුළඟ ආශ්වාසය
* කුරුලු නාද අසමින්, පරිසරයේ චමත්කාරයෙන් ප්‍රබෝධවත් වීම
* ටික වේලාවක් පාඩම් කිරීම
* අම්මාට උදවු කිරීම

තෙරුවන් වන්දනාව සහ භාවනාව

අත් අකුරින් හැඩ කළේ කලණි



- ☸ උදේ සවස මල් පහන් පුදා තෙරුවන් වැඳීම
- ☸ මෛත්‍රී භාවනාව හෝ ආනාපානසති භාවනාව හෝ වැඩීම
- ☸ රාත්‍රි නින්දට පෙර තෙරුවන් ගුණ සිහි කිරීම
- ☸ තෙරුවන් වැඳ දෙමවුපියන් නැමදීම සහ සැමට සෙත් පැතීම.

පෝෂ්‍යදායී ආහාර වේලක්

ලිව්වේ හංස



- ✠ උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාර නියමිත වේලාවට ගැනීම
- ✠ වස විසවලින් තොර ආහාර ගැනීමට පුරුදු වීම
- ✠ පෝෂ්‍යදායී සමබල ආහාර වේලක් ගැනීම
- ✠ දිනපතා පලා වර්ගයක් ආහාරයට එක් කර ගැනීම
- ✠ පිරිසිදු ජලය පානය කිරීම
- ✠ කෘත්‍රිම රසකාරක යෙදූ ආහාර භාවිතයෙන් වැළකීම
- ✠ විවිධ රෝග ඇති කරන පැණි බීම භාවිතයෙන් වැළකීම
- ✠ තෙල් සහ පිටි අඩංගු කෙටි ආහාර වර්ග ගැනීමෙන් වැළකීම

ඵලදායී විවේකයක්

අරවින්ද ලිවුවා.
අනුපමා උදවු කළා.

✸ ප්‍රයෝජනවත් විනෝදාංශවල යෙදීම.
✸ විවේකය අර්ථවත්ව සතුටින් ගත කිරීම.

සතුටත්, දැනුමත් ලබා ගත හැකි විනෝදාංශ කිහිපයක්



☼ පොත් පත්, සඟරා ආදිය කියවීම
☼ කවි, කතා, නාට්‍ය හා ගීත නිර්මාණය කිරීම
☼ කවි, කතා, නාට්‍ය හා ගීත රසවිඳීම
☼ ලේඛකයන් පිළිබඳ කරුණු ඇතුළත් පොත් පිංචක් සකස් කිරීම
☼ මුද්දර වර්ග එකතු කිරීම සහ ඒ ඒ රටවල් පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කිරීම
☼ නර්තනය, රංගනය, චිත්‍ර ඇඳීම, මූර්ති, අත්කම් නිර්මාණය වැනි කටයුතුවල යෙදීම
☼ විනෝද චාරිකා යාම හා කරුණු එකතු කිරීම

සුවබර නින්දක්

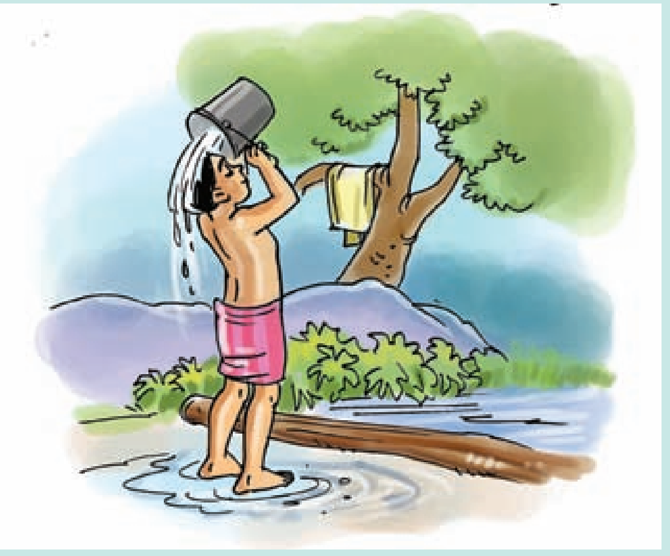
සජානිගේ අත් අකුරින්



- සියලු ම දෙනා සුවබර නින්දකට කැමැති වෙති
- පුද්ගලයාගේ වයස අනුවත්, රෝගී නීරෝගී බව අනුවත් නින්දකට අවශ්‍ය කාලය තීරණය කළ යුතු ය
- සුව නින්දක් සඳහා සුදුසු පරිසරයක් තිබිය යුතු ය
- නින්දට පෙර දත් මැද මුහුණ සේදිය යුතු ය
- නින්දට පෙර මෛත්‍රී භාවනාව හෝ තෙරුවන් ගුණ සිහි කළ යුතු ය

පිරිසිදුකමයි
නීරෝගීකමයි

අත් අකුරු සමාධිගේ



නීරෝගීකම සඳහා පිරිසිදුකම ඉතා වැදගත් ය

- උදේ සවස දත් මැද මුහුණ අත පය සේදීම
- කෑමට පෙර සහ පසුව දෑත් සේදීම
- නියපොතු කපා දෑත් දෙපා පිරිසිදුව තබා ගැනීම
- තෙල් ගා හිස පීරීම
- වැසිකිළි කැසිකිළි භාවිතයේ දී පාවහන් පැළඳීම හා සබන් ගා අත් සේදීම
- දිනපතා දිය නෑම
- තැන තැන කෙළ නොගැසීම
- නිතර ම පිරිසිදු ලේන්සුවක් පාවිච්චි කිරීම
- පිරිසිදු ඇඳුම් ඇඳීම
- අප වාසය කරන නිවස හා අවට පරිසරය පිරිසිදුව තබා ගැනීම

සුව ගෙන දෙන ව්‍යායාම

තාරක ලිවුවා
හංසත් සජානිත් උදවු කළා



☺ නිවැරැදි ඉරියවුවල පිහිටා කටයුතුවල නිරත වීම
☺ දවසට පැය බාගයක්වත් ව්‍යායාම් සඳහා වෙන් කිරීම
☺ ව්‍යායාම්වලින් නීරෝගීකම ඇති වේ
☺ ගේ දොර වැඩ කිරීමෙන් ශරීරය නීරෝගී වේ
☺ ක්‍රීඩාව කායික මානසික නීරෝගී බවට හේතු වේ

ක්‍රියාකාරකම

1. ඔබ දිනපතා කරන හොඳ පුරුදු පහක් ලියන්න.

2. ඔබ කැමැති අත්කම් නිර්මාණයක් කර පන්ති කාමරයේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

8 සම්බුදු හිමිගේ උපස්ථායක ආනන්ද හිමි

අප සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායක ධුරය දැරුවෝ ආනන්ද හාමුදුරුවෝ ය. ආනන්ද හාමුදුරුවෝ සුද්ධෝදන රජතුමාගේ සහෝදරයා වූ අමිතෝදන ශාක්‍ය රජුගේ පුත්‍රයාණෝ ය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ කිඹුල්වත් පුරයට වැඩම කර තම ඥාති සමූහයාට ධර්මය දේශනා කළ සේක. එම කාලයේ උන්වහන්සේ වැඩ සිටියේ මල්ල රජදරුවන්ගේ අනුපිය නම් අඹ උයනේ ය. මෙම අවස්ථාවේ ආනන්ද, භද්දිය, භගු, අනුරුද්ධ, කිම්බිල, දේවදත්ත යන ශාක්‍ය කුමාරවරු සමග උපාලි කපුවා ද බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙත ගොස් පැවිදි වූහ. ආනන්ද තෙරුන්ගේ ආචාර්යවරයා වූයේ **මන්තානි පුත්ත පුණ්ණ තෙරුන්** වහන්සේ ය.

බුදුරජාණන් වහන්සේට වයස අවුරුදු 55ක් ගතවන තුරු ස්ථිර උපස්ථායකයකු සිටියේ නැත. ඒ ඒ අවස්ථාවේ දී භික්ෂූන් වහන්සේලා කිහිප දෙනෙක් උපස්ථායකයන් ලෙස කටයුතු කළහ. තමන් වහන්සේට නිත්‍ය උපස්ථායකයකු පත් කර ගැනීමේ අවස්ථාව පැමිණ ඇති බව බුදුරජාණන් වහන්සේ තම ශ්‍රාවකයන්ට දැන්වූහ. ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා කිහිප නමක් ම තමන් වහන්සේලා බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායකයා ලෙස පත් කරන ලෙස ඉල්ලීම් කළහ.

එහෙත් ආනන්ද හාමුදුරුවෝ ඒ තනතුරට තමන් පත් කරන ලෙස ඉල්ලීම් නොකළහ. “මා ඒ තනතුරට සුදුසු නම් තථාගතයන් වහන්සේ මා ඒ තනතුරට තෝරා ගන්නවා ඇත,” යනුවෙන් ආනන්ද හාමුදුරුවෝ සිතූහ.

එහි දී බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අවසර ඇතිව උන්වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායක ලෙස ආනන්ද හාමුදුරුවෝ පත් වූහ. තමන් වහන්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායක තනතුරට පත්වීම පිළිබඳ ආනන්ද හාමුදුරුවෝ අප්‍රමාණ සතුටට පත් වූහ. එහෙත් උපස්ථායක තනතුර භාර ගැනීමට පෙර සැරියුත් මුගලන් ආදි මහා ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා ඉදිරියේ ආනන්ද හිමි විසින් බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ප්‍රතික්ෂේප කිරීම් සතරක් හා ඉල්ලීම් සතරක් ඉදිරිපත් කරන ලදි.

ප්‍රතික්ෂේප කිරීම්

1. භාග්‍යවතුන් වහන්සේට ලැබෙන වටිනා සිවුරු පිරිකර මා හට නොදෙන සේක්වා.
2. භාග්‍යවතුන් වහන්සේට ලැබෙන පිණ්ඩපාත මට නොදෙන සේක්වා.
3. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සමග එක ම ගඳකිළියේ විසීමට මට ඉඩ නොදෙන සේක්වා.
4. භාග්‍යවතුන් වහන්සේට ලැබෙන දාන ආරාධනාවලට මා කැඳවාගෙන නොයන සේක්වා.

ඉල්ලීම්

1. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මා භාර ගත් ආරාධනාවලට වඩින සේක්වා.
2. දුර බැහැර ප්‍රදේශවලින් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හමුවීමට පැමිණෙන අය කැඳවාගෙන ඒමට අවසර ලබා දෙන සේක්වා.
3. මා නැති තැන දෙසූ දහම් නැවත මට දේශනා කරන සේක්වා.
4. ධර්මය පිළිබඳ සැකයක් ඇති වූ විට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හමු වී එය විසඳා ගැනීමට අවසර දෙන සේක්වා.

මෙම කරුණු දැක්වීම බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් ඉවසා වදාරන ලදි. ඒ අනුව සසර පුරා බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායක වීමට පෙරුම් පිරූ ආනන්ද හිමි විසින් එම තනතුර භාර ගන්නා ලදි.

එදා සිට බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පිරිනිවන තෙක් ආනන්ද හාමුදුරුවෝ උන්වහන්සේට ඉතා කරුණාවෙන් උපස්ථාන කළහ.

ආනන්ද හාමුදුරුවන්ට උසස් ස්මරණ ශක්තියක් තිබුණි; ඕනෑ ම ධර්ම කරුණක් එක් වරක් ඇසූ විට මතක තබා ගැනීමේ හැකියාව තිබුණි. එබැවින් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය මතක තබා ගැනීමට ආනන්ද හාමුදුරුවෝ දක්ෂ වූ සේක. උන්වහන්සේට ධර්ම දේශනා පැවැත්වීමට ද විශේෂ දක්ෂතාවක් තිබුණි.

භික්ෂුණී ශාසනය ආරම්භ කිරීමට මූලිකත්වය ගත්තේ ද උන්වහන්සේ ය. සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් පසු පළමු ධර්ම සංගායනාවේ දී ධර්මය ගොනු කිරීම සඳහා භික්ෂූන් වහන්සේලාට උදවු කළේ ආනන්ද හාමුදුරුවන් වහන්සේයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ බැහැ දැකීමට පැමිණෙන සැදැහැවතුන්ට, උන්වහන්සේ දෙවුරම් වෙහෙරේ නැති අවස්ථාවල වන්දනාමාන කිරීමට **ආනන්ද බෝධිය** රෝපණය කළේ ද ආනන්ද හාමුදුරුවෝ ය.

නිත්‍ය උපස්ථායක තනතුරට අමතරව ආනන්ද හාමුදුරුවන්ට තවත් තනතුරු රාශියක් ලැබුණි. ඉන් කිහිපයක් නම්,

- ධර්ම භාණ්ඩාගාරික
- බහුශ්‍රැත භික්ෂූන් වහන්සේලා අතර අග්‍රස්ථානය
- ස්මරණ ශක්තිය ඇති භික්ෂූන් වහන්සේලා අතර අග්‍රස්ථානය
- අවබෝධ ශක්තිය ඇති භික්ෂූන් වහන්සේලා අතර අග්‍රස්ථානය
- ධෛර්ය සම්පන්න භික්ෂූන් වහන්සේලා අතර අග්‍රස්ථානය

බුදුරජාණන් වහන්සේට මහත් ගෞරවයෙන් උපස්ථාන කළ ආනන්ද හාමුදුරුවෝ අනතිමානී ගුණයෙන් යුක්ත වූහ. උන් වහන්සේගේ චරිතයෙන් අප ජීවිතවලට ලබා ගත හැකි ආදර්ශ කිහිපයකි.

- ගුරුවරයාට අසීමිත ලෙස ගරු කිරීම
- තනතුරු සඳහා බලෙන් ඉදිරිපත් නොවීම
- තනතුරක් ලබා ගැනීමේ දී එය ගෞරවාන්විතව ලබා ගැනීම
- තනතුරේ වගකීම් නිසි ලෙස ඉටු කිරීම
- තනතුර හා බලය නිසා උඩගු නොවීම

මෙම මහගු ආදර්ශ අපගේ ජීවිතවලට ද එකතු කරගෙන ජීවිත සාර්ථක කර ගැනීමට අපි පුරුදු වෙමු.



ක්‍රියාකාරකම

පහත සඳහන් ප්‍රකාශ නිවැරැදි නම් (✓) ලකුණ ද වැරැදි නම් (✗) ලකුණ ද ප්‍රකාශය ඉදිරියේ දී ඇති කොටුවේ සඳහන් කරන්න.

1. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායක ධුරය දැරුවේ ආනන්ද හාමුදුරුවෝ ය. ☐
2. ආනන්ද හාමුදුරුවන්ගේ ගුරුවරයා වූයේ මන්තානි පුත්ත පුණ්ණ තෙරුන්ය. ☐
3. බුදුන් වහන්සේගේ නිත්‍ය උපස්ථායක ලෙස තමන් පත් කරන ලෙස ආනන්ද හිමියෝ ඉල්ලීම් කළහ. ☐
4. මා නැති තැන දෙසූ දහම් මට දේශනා කරන සේක්වා යන්න ආනන්ද හිමිගේ ඉල්ලීමකි. ☐
5. ආනන්ද බෝධිය රෝපණය කළේ ජේතවනාරාමයේ ය. ☐

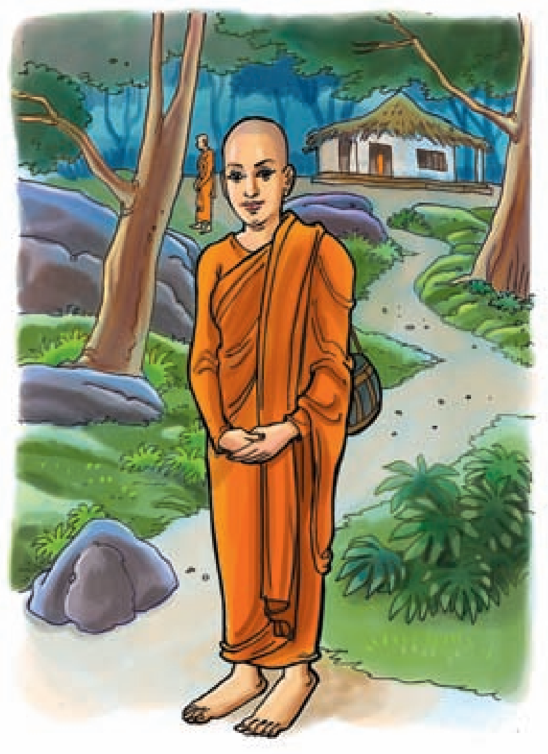
9 අග්‍රශ්‍රාවිකා දෙනම

උප්පලවණ්ණා මහ රහත් තෙරණිය

සැවැත් නුවර එක් සිටු කුලයක පින්වත් සිටු දියණියක් උපන්නා ය. ඇය නිල් මහනෙල් මලක් මෙන් පැහැපත් ය. දුටුවන් සිත් සනසන රූ සපුවෙන් යුක්ත ය. ඒ නිසා ම ඇය උප්පලවණ්ණා යැයි නම් ලැබුවා ය. ඇය දුටු බොහෝ සිටු කුමාරවරු ඇයව සරණ පාවා ගැනීමට කැමැත්ත පළ කළහ.

ගුණවත් මෙන් ම ප්‍රඥාවන්ත ද වූ උප්පලවණ්ණා කුමරිය ගිහිගෙයි විසීමට ඇලුම් නොකළා ය. ඇය විවාහ වීමට අකැමැති බව දෙමාපියන්ට පැවසුවා ය; බුදු සසුනේ පැවිදි වීමට කැමැති බව ප්‍රකාශ කළා ය. දෙමාපියෝ මුල දී ඒ සඳහා අකැමැති වූහ. එහෙත් උප්පලවණ්ණා කුමරියගේ බලවත් ඉල්ලීම නිසා ඔවුහු පසුව ඊට කැමැති වූහ.

භික්ෂුණී ආරාමයට ගිය උප්පලවණ්ණා කුමරිය පැවිදි වූවා ය. උප්පලවණ්ණා තෙරණියෝ බවුන් වඩා නොබෝ දිනකින් ම රහත් භාවයට පත් වූහ. බුදුරජාණන් වහන්සේ උප්පලවණ්ණා තෙරණිය ඍද්ධි ප්‍රාතිහාර්ය පෑමේ විශේෂ හැකියා ඇති භික්ෂුණීන් අතර අග්‍රස්ථානයේ තැබූහ; එසේ ම අග්‍රශ්‍රාවිකා තනතුරක් ද පිරිනැමූහ. සෙසු භික්ෂුණීන්ට අවවාද අනුශාසනා කරමින් සම්බුද්ධ ශාසනයේ දියුණුවට උප්පලවණ්ණා මහ රහත් තෙරණියෝ මහත් මෙහෙයක් සිදු කළහ. ජීවිතයේ අවසාන කාලයට ළඟා වූ තෙරණියෝ බුදුරජාණන් වහන්සේ සමීපයට පැමිණ, මෙසේ ප්‍රකාශ කළහ.



"භාග්‍යවතුන් වහන්ස, සසර යම් දිනක මගෙන් දොසක් වී ඇත්නම් එයට සමාව දෙන සේක්වා."

එය ඉවසා වදාළ බුදුරජාණන් වහන්සේ, "උප්පලවණ්ණා තෙරණියනි, භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා යන සිවුවනක් පිරිස ඉදිරියේ ඍද්ධි ප්‍රාතිහාර්ය දක්වන්න, ඒ පිළිබඳ ඔවුන්ට සැකයක් වී නම් එය ඉවත් කරන්න," යැයි වදාළ සේක.

තෙරණින් වහන්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේට වැඳ අවසර ගෙන අහසට නැඟ ඍද්ධි ප්‍රාතිහාර්ය දැක්වූහ. එවිට සියලු දෙනා පුදුමයට පත්ව සාදුකාර දුන්හ. මෙබඳු ඍද්ධිමය හැකියාවක් තමන් වහන්සේ ලැබුවේ කෙසේ දැයි තෙරණියෝ පිරිසට පැහැදිලි කළහ.

“පදුමුත්තර බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයෙහි එක් භික්ෂුණීන් වහන්සේ නමකට බුදුරජාණන් වහන්සේ ඍද්ධියෙන් අග තනතුර ප්‍රදානය කළ සේක. මෙය දුටු මට ද එම තනතුර ලැබීමේ කැමැත්තක් ඇති විය. සත් දිනක් බුද්ධ ප්‍රමුඛ මහා සංඝරත්නයට දානය පූජා කොට මට ද එම තනතුර ලැබේවා! යැයි ප්‍රාර්ථනා කළෙමි. එසේ ම මම පසේ බුදුවරයාණන් වහන්සේ නමකට උපුල් මල් පූජා කොට මාගේ පැහැයද මෙසේ ම වේවායි ප්‍රාර්ථනා කළෙමි. එසේ කරන ලද ප්‍රාර්ථනා නිසා මම මේ අත් බවයේ දී උපුල් මල් පැහැ ඇති උප්පලවණ්ණා නම් වීමි. එසේ ම මහත් ඍද්ධි බලයක් ද ලැබුවෙමි. තෙරුවන් කෙරෙහි ඇති කරගත් අචල ශ්‍රද්ධාවේ ප්‍රතිඵල අද මම ලැබුවෙමි,” යනුවෙන් ප්‍රීති වාක්‍ය ප්‍රකාශ කර පිරිනිවන් පා වදාළහ.

ඛේමා මහ රහත් තෙරණිය

1 මදු රට නමින් යුත්
දඹදිව් තලයෙ මනරම්
සාගල ය නම් ගත්
වී ය නුවරක් මනා ලෙස යුත්

2 ඒ නුවර සුපසන්
රූසිරි බවින් අගතැන්
ඛේමා නමින් යුත්
දුවක් විසුවා සැමගෙ සිත් ගත්

3 රජු රජගහ නුවර
වැසියන් සැමට පින්බර
මහ නිරිඳු බිම්සර
අගබිසව ඛේමා ය සුන්දර

4 වෙහෙරේ වේළුවන
දම්ගඟ ගලයි දින දින
රජු අසයි බුදු බණ
බිසව නම් නොගියා ය කිසි දින

5 රූව ගැන ම සිතුවා
මානෙන් මත්ව විසුවා
තෙරුවන් නොදුටුවා
බුදු සමිඳු හට දොස් ද නැඟුවා

6 සැදැහැවත් රජු හට
එය මදිකමකි හැම විට
හොඳ හැටි සිතන විට
උපායක් සිහි වී ය යෙදුමට

7 සිරි වේළුවන අරණේ
ගීයක් ලෙසින් ගැයුණේ
එයට සිත ඇලුණේ
සිරි බලන්නට ඇයට සිතුණේ

8 සමග රජ පිරිවර
උයන් සිරි විඳ මනහර
දුටුවා රුවින් බර
වැඩ වෙසෙන බුදු සමිඳු පින්බර

9 බුදු හිමි ළඟ සිට ම
පවන් සලනා විලස ම
රූ සපුවෙන් හැඩ ම
තරුණියක් මැවුණාය එවිට ම

10 රජ බිසව ඛේමා
දැක එය පුදුම වූවා
තමන් ගැන සිතුවා
මට වඩා රූ ඇයට ඇතිවා

11 ගෙවිණි සුළු මොහොතක්
තරුණිය වුණා වියපත්
දරකඩක් මෙන් යුත්
බිම වැටුණි ඇට සැකිලි සිරුරක්



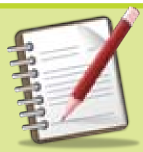
12 මේ තරම් රූමත්
කතට වුණ දෙය මෙමටත්
වෙන බව තිර ලෙසත්
සිතා සැරසුණි අසනු දහමත්

13 අනියතයි මේ කය
බුදු හිමි දෙසුවා ඒ බව
සිහි කර ඇසූ දහම
බිසව සෝවන් වුණා එවිගස

14 රැගෙන අවසර රජුගෙන්
පැවිදිව වඩා මෙත් සිත්
දැන ඉගෙන දහමත්
තෙරණි ලැබ ගති පලය අරහත්

15 නැණ පහන් දල්වා
බුදු බණ ලොවට දෙසුවා
කෙලෙස් දොර වැසුවා
නැණින් අගතනතුරත් ලැබුවා

16 ලස්සන රුව ඇතත්
දිනෙක මියයති කවුරුත්
මම ද වෙමි නැණවත්
ඛේමා තෙරණිය ලෙසින් පින්වත්



ක්‍රියාකාරකම

1. උප්පලවණ්ණා මහ රහත් තෙරණියගේ හා ඛේමා මහ රහත් තෙරණියගේ චරිතවලින් ගත හැකි ආදර්ශ වෙන් වෙන්ව පෙළගස්වන්න.

උප්පලවණ්ණා මහ රහත් තෙරණිය	ඛේමා මහ රහත් තෙරණිය

2. අග්‍ර ශ්‍රාවිකා දෙනමගේ චරිතවලින් ඔබ වඩාත් සිත් ගත් අවස්ථා දෙකක් චිත්‍රයට නගන්න.

10 සිංහලයින් අවදි කළ නායකයා



වර්ෂ 1815 දී අපේ රට සම්පූර්ණයෙන් ම ඉංග්‍රීසි පාලනයට යටත් විය. ඉන් පසු අපේ රට තුළ වඩාත් සැලකිලි ලැබුණේ ඉංග්‍රීසි උගත් ක්‍රිස්තු භක්තිකයන්ට පමණි. මේ නිසා සිංහල ව්‍යාපාරිකයන්, උගතුන් මෙන් ම බොහෝ පිරිසක් ක්‍රිස්තියානි භක්තිකයෝ බවට පත් වූහ.

ඉංග්‍රීසි ආධිපත්‍යයත් සමග බෞද්ධ පිරිවෙන මුල් කර ගත් දේශීය අධ්‍යාපන රටාව මිෂනාරි අධ්‍යාපනය බවට පත් විය. අපේ රටේ බොහෝ පිරිසක් සිංහල සිරිත් විරිත් අතහැර බටහිර සිරිත් විරිත් වැළඳ ගත්හ; රටේ ජාතික අභිමානය පිරිහුණි; බුද්ධ ශාසනයේ දියුණුවට බාධා ඇතිවුණි.

මෙවන් අභාග්‍යසම්පන්න කාලයක අපගේ ජාතියේත්, ආගමේත් වාසනාවට උදාර පුත්‍රයෙක් ඉපදුණි. ඔහු පසුකාලීනව සිංහලයන් අවදි කළ බෞද්ධ නායකයෙක් විය. ඒ උදාර නායකයා අනගාරික ධර්මපාලතුමා ය.

වර්ෂ 1864 සැප්තැම්බර් 17 දා එතුමා උපත ලැබී ය. එතුමාගේ මුල් නාමය වන්නේ දොන් ඩේවිඩ් හේවාවිතාරණ ය. ඔහුගේ පියා දොන් කරෝලිස් හේවාවිතාරණ ය; මව මල්ලිකා හේවාවිතාරණ ළමාතැනී ය. මේ පවුල මුලින් පදිංචිව සිටියේ මාතර හිත්තැටිය ග්‍රාමයේ ය. පසුව ඔවුහු කොළඹ කොටහේනේ පදිංචි වූහ. එදා බෞද්ධ පාසල් හෝ රජයේ පාසල් හෝ නොතිබුණි. කුඩා හේවාවිතාරණ ඉගෙන ගත් පාසල්වල ඉංග්‍රීසි භාෂාවත්, ක්‍රිස්තු ධර්මයත් ඉගෙන ගැනීම අනිවාර්ය විය. එහෙත් මේ කාලයේ දී ඩේවිඩ් ශිෂ්‍යයා සිංහල, පාලි, බුද්ධ ධර්මය යන විෂයයන් කොළඹ විද්‍යෝදය පරිවේණාධිපති හික්කඩුවේ ශ්‍රී සුමංගල නාහිමියන්ගෙන් ඉගෙනුම ලැබී ය. එය ඔහුගේ ජීවිතය සාර්ථක කර ගැනීමට උපකාරී විය.

උසස් අධ්‍යාපනය ලබා ගැනීම සඳහා මෙතුමා ගල්කිස්ස ශාන්ත තෝමස් විද්‍යාලයට ඇතුළු විය. එහි දී ඔහු ක්‍රිස්තු ධර්මය ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් මැනවින් ඉගෙන ගත්තේ ය. පාසල් කාලයේ දී ම මෙතුමා චතුර කථිකයෙක් විය. හේවාවිතාරණ තරුණයා, වාදීභසිංහ මිගෙට්ටුවත්තේ ගුණානන්ද හිමියන් සමග සමීප ඇසුරක් ඇති කර ගත්තේ ය. බෞද්ධ හා ක්‍රිස්තියානි භක්තිකයන් අතර ඇති වූ **පානදුරා වාදය** නැරඹූ මේ තරුණයා මිගෙට්ටුවත්තේ ගුණානන්ද හිමිගෙන් වාද විවාද කිරීමේ ශක්තිය ලබා ගත්තේ ය.

පානදුරා වාදයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ලංකාවට පැමිණි ඇමරිකානු ජාතික කර්නල් හෙන්රි ස්ටීල් ඕල්කට්තුමා හා රුසියානු ජාතික බ්ලැවැට්ස්කි මැතිනිය යන දෙපළ ඇසුරු කිරීමට තරුණ හේවාවිතාරණට හැකියාව ලැබුණි. මෙහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඕල්කට්තුමා විසින් ආරම්භ කරන ලද පරම විඥානාර්ථ බෞද්ධ සමාගමට සම්බන්ධ වී සේවය කිරීමට ඔහුට අවස්ථාව උදාවිය. එසේ ම ලෝකයේ විවිධ රටවල සංචාරය කරමින් බොහෝ අත්දැකීම් ලැබීමට ද අවස්ථාව ලැබුණි.

මේ කාලයේ දී පරමවිඥානාර්ථ බෞද්ධ සංගමය විසින් බෞද්ධ පාසල් ආරම්භ කිරීමට පියවර ගනු ලැබිණි. ඒ සඳහා ඕල්කට්තුමා සමග හේවාවිතාරණ තරුණයා ද මූලිකත්වය ගෙන කටයුතු කළේ ය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස කොළඹ ආනන්ද විද්‍යාලය, මහනුවර ධර්මරාජ විද්‍යාලය, ගාල්ල මහින්ද විද්‍යාලය, මාතලේ විජය විද්‍යාලය, ගම්පොළ ජිනරාජ විද්‍යාලය ආදි උසස් විද්‍යාල බිහි විය. ඕල්කට්තුමා ආරම්භ කළ සරසවි සඳරුස පුවත්පතට සම්බන්ධ වූ ඔහු පුවත්පත් කලාව පිළිබඳ නිපුණත්වයක් ලබා ගත්තේ ය. පසුව හේවාවිතාරණ මහතා 'සිංහල බෞද්ධයා' පුවත්පත ආරම්භ කරමින් සිංහල බෞද්ධයා දිරිමත් කිරීමට කටයුතු කළේ ය.

1894 දී ඉන්දියාවේ පැවති පරමවිඥානාර්ථ බෞද්ධ සමාගමේ සාංවත්සරික උත්සවයට ඩේවිඩ් හේවාවිතාරණ සහභාගි විය. ආපසු පැමිණි විගස එතුමා 'ඩේවිඩ්' යන නම අතහැර ඒ වෙනුවට 'ධර්මපාල' යන ආර්ය සිංහල නාමය භාවිත කරන්නට පටන් ගත්තේ ය. ගෘහ ජීවිතයෙන් ඈත් වී ධර්මය වෙනුවෙන් ම තම ජීවිතය කැප කළ නිසා එතුමා 'අනගාරික ධර්මපාල' නමින් ප්‍රසිද්ධ විය. සිංහලයන්ගේ පරගැති භාවය, කුසීතකම හා නිවට ගතිවලට විරුද්ධව එතුමා තම හඬ අවදි කළේ ය. රට පුරා දේශන පවත්වමින් සිංහලයා අවදි කිරීමට කටයුතු කළේ ය.

"මගේ රට, මගේ ජාතිය, මගේ ආගම, මගේ භාෂාව කියා වටිනා රත්න හතරක් අපට තියෙනවා. ඒ රත්න හතර ආරක්ෂා කර ගැනීම මගේ යුතුකමයි"

- ❖ සිංහලයිනි කිසි දිනක බොරු නොකියනු!
- ❖ ගව මස් නොකනු!
- ❖ මත් වතුර නොබොනු!
- ❖ සිංහලයිනි නැගිටිවු! බුද්ධගයාව බේරා ගනිවු!

එතුමා තම දේශනවල දී නිතර ප්‍රකාශ කළ වදන් වේ.

ලක් මැණියන් වෙනුවෙන් උසස් සේවයක් කළ ධර්මපාලතුමාණෝ වර්ෂ 1931 දී ඉන්දියාවේ මූලගන්ධ කුටි විහාරයේ දී 'සිරි දේවමිත්ත ධර්මපාල' නමින් පැවිදි වී වර්ෂ 1933 අප්‍රේල් 29 දින අපවත් වූහ.

අපගේ දැය පුබුදු කරමින්, බෞද්ධාගමට නිසි තැන ලබා දීමට ක්‍රියා කළ මේ උදාර වීරවරයා අනගාරික ධර්මපාලතුමායි. හින්දු භක්තිකයන් සතු ඉන්දියාවේ බුද්ධගයාව බෞද්ධයන්ට උරුම කර දුන් එතුමාගේ ශ්‍රී නාමය අපගේ ජාතික වීරවරුන් අතර ඉහළින් ම සනිටුහන් වී ඇත.



ක්‍රියාකාරකම

1. අනගාරික ධර්මපාලතුමාගේ ජීවිතයේ වැදගත් සිදුවීම් පෙළගස්වා බිත්ති පුවත්පතට ලිපියක් සකස් කරන්න.



11 සම්මෝදමාන ජාතකය

එක් කලෙක සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ කිඹුල්වත් පුර නිග්‍රෝධාරාමයේ වැඩ සිටි සේක. එකල තම නෑයන් අතර ඇති වූ අසමගි වීමක් අරබයා බුදුරජාණන් වහන්සේ, **දබර කිරීම නුසුදුසු** ය යනුවෙන් දේශනා කළ සේක. තිරිසන් සත්ත්වයන් පවා සමගි වී තම පසමිතුරන් පරාජය කළ බවත්, අසමගි වී විපතට පත් වූ බවත් පැහැදිලි කරමින් මෙම කතා පුවත දේශනා කළහ.

අප මහ බෝසතාණන් වහන්සේ පාරමී පුරන කාලයේ වටු කුරුල්ලකු ව උපන්නේ ය. දහස් ගණනක් වටු කුරුල්ලන්ට නායකයා වූයේ එතුමා ය. මෙම නායක වටුවා තම ඥාති පිරිස හොඳින් රැකබලා ගනිමින් කැලයේ ජීවත් විය.

එම කැලයේ ම වටුවන් මරා විකිණීම ජීවනෝපාය කරගත් වටු වැද්දෙක් විසී ය. ඔහු දැල් එලා උන් අල්ලා ගනී. මෙම ව්‍යසනය හඳුනාගත් වටු නායකයා තම පිරිස කැඳවා, “ඥාතීනි, මෙම වටු වැද්දා දිනපතා දැල එළා අපේ පිරිස අල්ලාගෙන මරා කයි. අපේ පිරිස විශාල ලෙස අඩු වෙයි. එයින් ගැලවීමට මම උපායක් සිතුවෙමි. වැද්දා දැල දැමූ විගස ම අපි සියලු දෙනාම දැල ඔසවාගෙන පියාඹා ගොස් වනයේ ගසක දැල රඳවා බේරී පියාඹා යමු,”යි යෝජනා කළේ ය. සියලු වටුවෝ නායකයාගේ බස හොඳින් පිළිගත්හ.

ඒ අනුව වටු වැද්දා දැල දැමූ විට සියල්ලෝ ම එක්ව දැල ඔසවා වනයේ ගසක දැල රඳවා බේරී පියාඹා ගියහ. වැද්දාට දැල ගලවා ගැනීමට මහත් වෙහෙසක් දැරීමට සිදුවිය.

තවත් දිනක වටු වැද්දා දැල එළී ය. එදින ද පෙර සේ ම වටු කුරුල්ලෝ දැල ඔසවා පියාඹා ගොස් ගසක රඳවා බේරී ගියහ. මෙසේ කිහිප දිනක් ම සමගිව කටයුතු කිරීමෙන් වටු කුරුල්ලෝ දිවි බේරා ගත්හ.

කිහිප දිනක්ම වටුවැද්දාට හිස් අතින් ගෙදර යාමට සිදු විය. මෙය ඉවසීමට නොහැකි වූ බිරිඳ වැද්දාට බනිමින්, “කෑම නැතිව ජීවත් වන්නේ කෙසේ දැ?”යි ප්‍රශ්න කළා ය.

බිරිඳ ඇමතූ වටු වැද්දා මෙසේ කී ය. “සොඳුර මා හට දොස් නොකියන්න, වටු රැන මේ දිනවල සමගිව වාසය කරති. දැල එළන සැණින් එම පිරිස දැල ඔසවාගෙන පියාඹා ගොස් මහ වනයේ ගසක දැල රඳවා ගැලවී යයි. හැබැයි මෙසේ සැම දා කළ නොහැකියි. ඔවුහු සැම දා සමගියෙන් නොසිටිති. ඉක්මනින් අසමගි වෙති. එදාට මම වටුවන් අල්ලා ගන්නම්.”



මෙසේ ටික දිනක් ගත විය. දිනක් වටුවන් දැල ඔසවාගෙන යන විට එක් වටු කුරුල්ලකුගේ පාදය තවත් කුරුල්ලකුගේ හිසේ වැදිණි. එයින් කෝපයට පත් දෙදෙනා අතර ගැටුමක් ඇති විය. නායක වටුවා ඔවුන් සමගි කිරීමට කොතෙක් අවවාද කළත් පලක් වූයේ නැත. මෙම ගැටුම විසඳීමට පිරිසක් අකැමැති විය. ඒ නිසා ම නායක වටුවා තම අදහසට එකඟ වූ පිරිසත් රැගෙන වෙනත් ප්‍රදේශයකට පියාඹා ගියේ ය.

ටික දවසක් ගිය පසු වටු වැද්දා පැමිණ දැල එළී ය. අසමගිව සිටි වටු කුරුල්ලන් වෙන දා මෙන් දැල ඔසවා ගෙන පියාඹා ගියේ නැත. ඔවුනට එසේ උපදෙස් දීමට නායකයෙක් ද සිටියේ නැත. එවිට වටු වැද්දා පැමිණ එක් වර ම දැල හැකිළී ය. වටුවෝ විශාල පිරිසක් දැලට හසු වූහ. ඔවුන් සියලු දෙනා ම මරා විකුණා ඉතිරි මස් ද රැගෙන වැද්දා නිවසට ගියේ ය.

වටු රංචුව සමගියෙන් සිටි තාක් කල් ඔවුන්ගේ ජීවිත ආරක්ෂා විය. එකිනෙකා සුළු කරුණකට අසමගි වූ නිසා බොහෝ වටු කුරුල්ලෝ විනාශයට පත් වූහ. **යමෙක් අසමගි වෙති ද ඔවුහු විනාශයට පත්වෙති** යි මෙමගින් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපට දේශනා කළ සේක.

අප ජීවත් වන සමාජයේ ද අපට වෙනත් අයගේ නොයෙකුත් බැනුම්, අවලාද, සිත් රිදවීම්වලට මුහුණ දීමට සිදු වේ. එවිට අප ඒ අය සමග සුහදව කතා කරමින් එම ගැටලු විසඳා ගත යුතු ය. සමගියෙන් සිටීමේ අගය ඔවුනට ද වටහා දීමට අප කටයුතු කළ යුතු ය. එසේ සමගිව කටයුතු කිරීමෙන් අපට අපේ දියුණුව ද, රටේ දියුණුව ද සලසා ගත හැකි ය.



ක්‍රියාකාරකම

- "සමගි වෙලා ජය ලබමු" යන මාතෘකාව යටතේ රචනයක් ලියන්න.



12 තෙරුවන් ගුණ සිහිකර අරඹමු සුබ කටයුතු

ස්වාමීන් වහන්සේ පන්තියට වැඩියා. කතා බහ කරමින් සිටි ළමයි එක වර ම නිහඬව ස්වාමීන් වහන්සේට වැන්දා.

"තෙරුවන් සරණයි! කවුරුත් තමන්ට නියමිත තැන්වල වාඩිවෙන්න," ස්වාමීන් වහන්සේ පැවසුවා.

සිසු දරු දැරියන් ඉතා ඉක්මනින් තමන්ට නියමිත තැන්වල වාඩි වී පාඩමට සූදානම් වුණා.

"අද අපට කතා කරන්න තියෙන්නේ තෙරුවන් ගුණ සිහිකර තමන්ගේ ජීවිතයේ සුබ කටයුතු ආරම්භ කිරීම ගැනයි. අපි ඉස්සරවෙලා ම තෙරුවන් ගැන කෙටියෙන් මතක් කරමු."

"හාමුදුරුවනේ, බුද්ධ රත්නය, ධම්ම රත්නය, සංඝ රත්නය කියන්නේ තෙරුවන් නේද?" ජීවක ඇසුවා.

"ඔව්! අපගේ සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේත්, උන්වහන්සේගේ ධර්මයත්, මහා සංඝරත්නයත් ත්‍රිවිධ රත්නය යන නමින් හඳුන්වනවා. අපේ ජීවිතයේ සුබ කටයුත්තක් කරන්න ඉස්සරවෙලා අපි ත්‍රිවිධ රත්නයේ ගුණ සිහි කරනවා. තුෂාර කියන්න බලන්න අපේ ජීවිතයේ සුබ කටයුත්තක්."

"**ඉපදීම**," තුෂාර නැගිටලා කිවුවා.

"ඔව්. දෙමවුපියෝ මේ දරුවන්ගේ ඉපදීම වෙනුවෙන් නිතර පන්සලට ගිහින් මල් පහන් පුදා තෙරුවන් පිහිට පතන්න ඇති. බෝධි පූජා පවත්වන්න ඇති. පිරිත් ශ්‍රවණය කරන්න ඇති. ස්වාමීන් වහන්සේලාට දානය දීම වගේ පින් කටයුතුවල යෙදෙන්න ඇති. ඒ වගේ ම නීරෝගී දරුවකු ලැබේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරන්න ඇති. දරුවා ලැබුණට පස්සේ විහාරස්ථානයට ගිහින් තෙරුවන් වැඳ බෝධීන් වහන්සේට වුණු භාරවලින් නිදහස් වෙන්න ඇති," ස්වාමීන් වහන්සේ පැවසුවා.

"හාමුදුරුවනේ අපේ චූටි නංගි ඉපදෙන්න ඉන්නකොට ඔය දේවල් කළා කියලා මට මතකයි." සුබෝධනී කිවුවා.

"හොඳයි, අපි බලමු දරුවකු වෙනුවෙන් කරන තවත් සුබ කටයුත්තක් ගැන. ඒ තමයි **බිළිඳකු දොරට වැඩීමේ සිරිත.** ඉස්සර වෙලාම විහාරස්ථානයකට රැගෙන ගොස් බිළිඳු දරුවාට ත්‍රිවිධ රත්නයේ ආශීර්වාදය ලබාදීම මෙයින් බලාපොරොත්තු වෙනවා. බොහෝ අය ගමේ විහාරස්ථානයට බිළිඳු දරුවා රැගෙන යනවා. ඒ වගේ ම දළදා මාළිගාව, ජය ශ්‍රී මහා බෝධිය, කැලණි විහාරය, ශ්‍රී පාද ස්ථානය වගේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පාද ස්පර්ශය ලැබුණු ස්ථානවලටත් බිළිඳු දරුවන් රැගෙන ගොස් ත්‍රිවිධ රත්නයේ පිහිට පතනවා." ස්වාමීන් වහන්සේ පැහැදිලි කළා.

"ළදරු වයසේ දී කරන තවත් සුබ කටයුත්තක් තමයි **ඉඳුල් කටගෑමේ උත්සවය.** කාට හරි මතක ද තමන්ගේ ඉඳුල් කටගෑමේ අවස්ථාව?" ස්වාමීන් වහන්සේ විමසුවා.

"මට නම් මතක නෑ හාමුදුරුවනේ. ඒත් අපේ මල්ලිගේ ඉඳුල් කටගෑමේ උත්සවය තිබුණේ මේ අවුරුද්දේ. ඒක මට මතකයි," කල්පනී කිවුවා.

“මටත් මතකයි අපේ චූටි නංගිගේ ඉඳුල් කටගෑම,” අනුරාධත් කිවුවා.



“ඔව්! ඔය දරුවන්ට තමන්ගේ කුඩා ම කාලයේ දේවල් මතක නෑ. කුඩා දරුවකුට ප්‍රථමයෙන් ම ආහාර හුරු කරවීමට පටන් ගැනීම ඉඳුල් කටගෑම නමින් හඳුන්වනවා. ඒ කටයුත්තට සුබ වේලාවක් තෝරා ගන්නවා. ඒ වේලාවට පෙර නිවසේ දී තෙරුවන් ගුණ සිහිකරලා මල්, පහන් පූජා කරලා තමයි ඒ කාර්යය සිදු කරන්නේ. ළදරු වයසේ දී කරන තවත් දෙයක් කාට හරි මතක ද?” ස්වාමීන් වහන්සේ විමසුවා.

“**අකුරු කියවීම**,” තුෂාර නැගිට කිවුවා.

“ඊට ඉස්සරවෙලා කරන දෙයක් තියෙනවා. ඒ තමයි **පළමු වරට හිසකේ කැපීම**. ඒකටත් සුබ වේලාවක් තෝරා ගන්නවා,” ස්වාමීන් වහන්සේ පැවසුවා.

ඊළඟට අපි කතා කරමු, **අකුරු කියවීම** ගැන. පුරාණ කාලේ මේ සිරිත හැඳින්වුණේ **අත් පොත් තබනවා** කියලයි. අකුරු කියවන්නත් සුබ වේලාවක් තෝරා ගන්නවා. බොහෝ වේලාවට අකුරු කියවීම කරන්නේ විහාරස්ථානයක. ආගමික වතාවත් ඉටු කිරීමෙන් පසු සුබ වේලාවට භික්ෂූන් වහන්සේ දරුවාට හෝඩි පොතේ මුල් අකුරු කියවීමත් අකුරු ලිවීමත් කරවනවා."



"ඊළඟට මේ දරුවෝ බොහෝ ම ආසාවෙන් බලාපොරොත්තු වෙන සුබ දිනයක් තියෙනවා. කියන්න පුළුවන් ද ඒ මොකක් ද කියලා," ස්වාමීන් වහන්සේ මුළු පන්තිය දිහා ම හොඳට බැලුවා.

"උපන් දිනේ," කවුරුත් එක හඬින් කිවුවා.

"ඔව්! උපන් දිනේ තමයි. උපන් දිනේට අපි කවුරුත් කැමැතියි නේද? ඒ නිසානේ කවුරුත් අවුරුදු පතා තමන්ගේ උපන් දිනය සිහි කරන්නේ. කෝ බලන්න අත උස්සන්න උපන් දිනය දවසට පන්සලට යන දරුවෝ?" ස්වාමීන් වහන්සේ ප්‍රශ්න කළා.

පන්තියේ බොහෝ සිසුහු අත ඉහළට එසවූහ.

"බොහොම හොඳ දරුවෝ. ඒ වගේ ම උපන් දිනයට භික්ෂූන් වහන්සේලාට දානය දීම, සෙත් පිරිතක් කියවීම, ළමා නිවාසයක දරුවන්ට ආහාර පාන, ඇඳුම් පැලඳුම්වලින් සංග්‍රහ කිරීම වගේ යහපත් ක්‍රියාවල යෙදෙන්න," ස්වාමීන් වහන්සේ වැඩි දුරටත් සිහිපත් කළා.

"තවත් සුබ කටයුතු කිහිපයක් ම තියෙනවා. අලුතෙන් ගෙයක් හදන්න සූදානම් වීම, නව නිවසට ගෙවැදීමේ අවස්ථාව ආදියේ දීත් බෞද්ධ සිරිත් විරිත්වලට මුල් තැන දීලා කටයුතු කරනවා. ඒ අවස්ථාවල පිරිතක් කියවීම, මහා සංඝරත්නය වැඩමවා දානය පිරිනැමීම වගේ කටයුතු ප්‍රධාන වෙනවා," ස්වාමීන් වහන්සේ තවත් කරුණු පැහැදිලි කළා.

"ඉතින් දරුවනේ, අපේ ජීවිතයේ සෑම සුබ කටයුත්තක් ම ආරම්භ කිරීමේ දී තුනුරුවන්ගේ ආශීර්වාදය ලබා ගැනීම පැරණි සිරිතක්. ඒ සිරිත් කඩ නොකර අපිත් පවත්වාගෙන යන්න ඕන," යැයි පවසමින් ස්වාමීන් වහන්සේ පාඩම නිම කළා.



ක්‍රියාකාරකම

1. අපේ ජීවිතයේ දී තෙරුවන් ගුණ සිහි කරමින් කරන සුබ කටයුතු 5ක් ලියන්න.

2. ඉන් එක් අවස්ථාවක් චිත්‍රයට නඟන්න.

13 අපි විහාර ගෙයක් නැරඹුවෙමු

පෝය දිනට පසු දින පාසලට කිට්ටුව ම තිබෙන පුරාණ රජ මහා විහාරස්ථානය වෙත යාමට ගුරු මැණියන් කටයුතු සංවිධානය කර තිබුණි. පෙර දින දැනුම් දුන් පරිදි අප, පාසල වෙත පැමිණියේ වන්දනාවට අවශ්‍ය තෙල්, මල්, පහන්තිර සහ හඳුන්කූරු යනාදිය රැගෙන ය.

ගුරු මැණියන් සමගින් අපි පේළියට සංවර ව විහාරස්ථානය වෙත පියමන් කළෙමු. පාවහන්, හිස්වැසුම් ගලවා පිළිවෙළකට තැබූ අපි විහාර භූමියට ඇතුළු වුණෙමු.

වන්දනාවට පෙර අපි මළු ඇමද, මල් ආසන පිරිසිදු කළෙමු. අත් ධෝවනය කර පිළිවෙළින් වෙහෙර වහන්සේට හා බෝධීන් වහන්සේට මල්, පහන් හා සුවඳ දුම් පූජා කළෙමු. අනතුරුව දෝතින් මල් ගෙන අප පා නැඟුවේ විහාර මන්දිරය වෙත ය.

විහාරයට ඇතුළු වෙත් ම මහා කරුණාව උතුරා යන බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මුහුණ දුටු අපගේ සිත් පහන් විය. මල් ආසනය මත මල් පූජා කළ අපි දොහොත් මුදුන් තබා සාදුකාර පැවැත්වූවෙමු.

“දැන් මගේ දුවලා පුතාලා හැමෝම වාඩි වෙන්න. බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙස සුළු මොහොතක් හොඳින් බලාගෙන ඉන්න,” යැයි ගුරුතුමිය පැවසුවා ය. “බලන්න දුවේ, පුතේ, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මුහුණෙහි ප්‍රසන්න බව, කරුණාව හා ශාන්ත බව පිරිලා ඉතිරිලා තියෙනවා නේද? බුදුරජාණන් වහන්සේ වටා තියෙන බුද්ධ රශ්මි මාලාව

හරිම අලංකාරයි නේද? ඒ රැස් මාලාව වටා තියෙන චිත්‍ර හරි ම ලස්සනයි නේද?" ගුරුතුමිය ඇසුවා ය.

"ඔව්, ගුරු මෑණියනි. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දෙපැත්තේ සිටගෙන වැඩ සිටින්නේ අගසවු දෙනම නේද?" ඉසුරු ඇසුවේ ය.

"ඔව් පුතේ අපි ගිය අවුරුද්දේ ඉගෙන ගත්තානේ. නිල් පාටින් අඹලා තියෙන්නේ මුගලන් මහ රහතන් වහන්සේ. කහ පාටින් අඹලා තියෙන්නේ සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ. අපි මෙවැනි පිළිම හිටි පිළිම වශයෙන් හඳුන්වනවා."

"මේ තියෙන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පිරිනිවන් පෑම පෙන්වන පිළිමයයි. මෙවැනි පිළිමවලට සැතපෙන පිළිම කියලා කියනවා."

"ගුරුතුමී, බුදුරජාණන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑ වෙලාවේ හඬමින් ළඟට ම වෙලා ඉන්නේ ආනන්ද හාමුදුරුවෝ නේද?"

"ඔව් දුවේ, ආනන්ද හාමුදුරුවෝ තමයි."

"මේ බලන්න ගුරු මෑණියනි, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ හිඳි පිළිම වහන්සේ හරි ම ශාන්තයි. ශරීරය වටේට ම තියෙන බුදු රැස් මාලාවත් හරි ම ලස්සනයි," රන්දි කීවා ය.

"ඔව් දුවේ, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය පෙන්වන්න තමයි පිළිම හදන නිර්මාණ ශිල්පීන් මේ තරම් අලංකාරව මේ පිළිම නිර්මාණය කරලා තියෙන්නේ. බුදු රැස් මාලාව වටා මල් වැල්, ලිය වැල්, මෝස්තර හරි ම අපූරුවට සිතුවම් කරලා තියෙනවා. අපි දැන් විහාර ගෙය වටා තියෙන සිතුවම් නරඹමු."

"ගුරුමෑණියනි, මේ සිදුහත් කුමරු ඉපදිලා නෙළුම් මල් මත ඇවිදගෙන ගිහින් ප්‍රීති වාක්‍ය කියූ අවස්ථාව නේද චිත්‍රයට නගලා තියෙන්නේ?" ඉෂාරා ඇසුවා ය.

"මේ දූලා පුතාලා හොඳට බලා ගන්න. මේ බිත්තිය පුරා ම බුද්ධ චරිතයේ විවිධ අවස්ථා චිත්‍රයට නංවලා තියෙනවා."

"අර බලන්න, සිදුහත් කුමරුගේ ගිහිගෙය හැර යෑම."

"අනේ ගුරුතුමී කන්ථක අශ්වයා ඇත්තට ම අඬනවා වගේ නේද?" ඉසුරු කීවේ ය.

"ගුරුතුමී, මටත් පුළුවනි මේ චිත්‍රය මේ වගේ ම අඳින්න," දිනෙත් කීවේ ය.



"ඔව් පුතේ, පුතාලා විහාර ගෙය නරඹලා දැකපු දේවල් අඳින්න ඕනෙ. ඒ නිසා මේ චිත්‍ර, මෝස්තර රටා ඇඳලා තියෙන ආකාරය හොඳින් බලා ගන්න ඕනෙ," ගුරුතුමී කීවා ය.

"ගුරුතුමී, මේ මල් මෝස්තරවල වැඩිපුර ම තියෙන්නේ නෙළුම් මල නේද?" පසන් කීවේය.

"ඔව් පුතේ, අර බලන්න විහාර ගෙයි වහලයේ තියෙන මෝස්තරවලත් නෙලුම් මල ප්‍රධාන තැනක් අරගෙන තියෙනවා."

"දැන් අපි ඊළඟට එහා පැත්ත බලමු."

"පසන්, මේ බලන්න සාම ජාතකය," ඉසුරු කීවේ ය. "මේ තිත්තිර ජාතකය, අර කුරුංගමිග ජාතකය. අපි ඉගෙන ගත්ත ජාතක කතා නේද ගුරුතුමී? අපේ පොතේ තිබුණ චිත්‍ර වගේමයි," රනුමි කීවා ය.

"ඔව් දුවේ පුතේ, ජාතක කතා ගොඩක් චිත්‍රයට නඟලා තියෙනවා. ඒ විතරක් නෙවෙයි, ඒ ජාතක කතාවල නමත් යටින් සඳහන් කරලා තියෙනවා. අප මහා බෝසතාණන් වහන්සේගේ පෙර ආත්මවල කතා තමයි මේ ජාතක කතාවලින් පිළිබිඹු වෙන්නේ," ගුරුතුමිය විස්තර කර දුන්නා ය.

"මේ අටවිසි බුදුරජාණන් වහන්සේලාගේ පිළිම. මේ බුදුපිළිම පිටුපස බුදුවීමට සෙවණ ලබා දුන් වෘක්ෂ තමයි ඇඳලා තියෙන්නේ," ගුරුතුමිය ප්‍රකාශ කළා ය.

"මේ බලන්න, දුවේ පුතේ, දිව්‍ය ලෝකය. දෙවිවරුන් සුර සැප විඳිමින් සිටින අවස්ථාව හරි ම ලස්සනට චිත්‍රයට නඟලා තියෙනවා. හොඳ වැඩ කළ අය මැරුණා ම දිව්‍යලෝකෙ උපදිනවා."

"අම්මෝ..... ගුරුතුමී මේ තියෙන්නේ අපාය නේද? මට නම් බයේ බෑ."

"ඔව් පුතේ බොරු කියන, සොරකම් කරන, වැරැදි වැඩ කරන අය මැරුණා ම අපායේ උපදිනවා. අර පේනවද යමපල්ලෝ බොරු කියපු අයගේ කටට ලෝදිය වත්කරනවා."

අපි විහාර මන්දිරයෙන් එළියට ආවෙමු.

"දැන් ආපසු හැරිලා බලන්න දුවේ පුතේ, මේ දොර උළුවහුවල තියෙන කැටයම් කලාව. මේවා බොහොම සියුම් ලෙස නිම කරලා තියෙනවා."

"ගුරු මෑණියනි, අද තමයි අපි හරියට ම විහාර ගෙයක් නැරඹුවේ," යි සිසුහු සියලු ම දෙනා කීවෝ ය.

"ඔව්, දුවේ පුතේ විහාර ගෙය නරඹලා අද අපි ගොඩක් දැනුම රැස් කර ගත්තා. බොහොම ශ්‍රේෂ්ඨ නිර්මාණ විහාර මන්දිරයේ තිබුණා. අපේ මුතුන්මිත්තෝ සමහර දේවල් නිර්මාණය කරලා තියෙන්නෙ කොහොම ද කියලා පුදුම හිතෙනවා."

"විහාර මන්දිරය අගනා බෞද්ධ කලා නිර්මාණයක්. අපිත් පාසලට ගිහින් විහාර ගෙය නරඹලා ලබා ගත්ත අත්දැකීම් එකතු කරලා බිත්ති පුවත්පතක් නිර්මාණය කරමු," යි ගුරුතුමිය කීවා ය.



ක්‍රියාකාරකම

1. ඔබේ විහාරස්ථානයේ විහාර ගෙය නරඹා ඒ පිළිබඳ විස්තර ඇතුළත් පොතක් සකස් කරන්න.



14 පලතුරු පැළ සිටවමු

සල් උයනක දී සිදුහත් පුතු බිහි වූවා
බෝ රුක මුල දී බෝසත් හිමි බුදු වූවා
සල් උයනක ම පිරිනිවනත් සිදු වූවා
තුරු සෙවණේ දී බුදු තෙමගුල සිදු වූවා

මිහින්තලේ අඹරුක් පිරි විසල් වනේ
මිහිඳු හිමිට, තිස්ස නිරිඳු මුණ ගැසුණේ
අඹ සහ ඥාති පැනයට විසඳුම ලැබුණේ
සිරි ලක එදයි දහමින් පෝෂණය වුණේ

පෙර රජ දවස සඳහන් ඉතිහාස පොතේ
පලතුරු උයන් කරවූ බව ලියවී ඇතේ
කල්වැසි වසින්නට ඒ තුරුලතා අපේ
මහ මෙහෙවරක් සිදු වූවා අපට සිතේ

අඹ දඹ හිඹුටු නාරං කජු වැල වරකා
පේර දොඩම් මාදං වස විස නැතුවා
ගස්ලබු කෙසෙල් රඹුටන් ඈ පැළ සිටුවා
අපගේ මුතුන්මිත්තන් අප හට පිදුවා

පුංචි අපිත් පෙර අය කළ දේ සිතලා
වවමු වවමු පලතුරු වතු එක්වීලා
ජලය පොහොර ලා පලතුරු පැළ රැකලා
අනාගතය සරු කරනෙමු එක්වීලා



ක්‍රියාකාරකම

- ඔබගේ ගෙවත්තේ පලතුරු පැළයක් සිටුවා රැක බලා ගන්න.



15 පෙර පෝය වැඩසටහන



තෙරුවන් සරණයි!
කරුණාවෙන් සවන් දෙන්න.
මේ ඔබ අමතන්නේ පාසලේ බෞද්ධ සංගමයයි.
මෙවර පෙර පෝය වැඩසටහනේ සංවිධාන කටයුතු භාර වී ඇත්තේ පස්වන ශ්‍රේණියටයි. පෙර පෝය වෙනුවෙන් "ධර්ම සාකච්ඡාවක්" පැවැත්වීමට අප අදහස් කර ඇත.
ධර්ම සාකච්ඡාවේ සංවිධාන කටයුතු නාමලී ගුරු මැණියන් විසින් සිදු කරනු ඇත.
ඒ සඳහා 5 ශ්‍රේණියේ බෞද්ධ සංගමයේ නායක නායිකාවන් නාමලී ගුරු මැණියන් හමුවන්න.
ස්තුතියි.

බෞද්ධ සංගමයේ නායක නායිකාවෝ නාමලී ගුරුතුමිය හමුවෙති.

"දුවේ, පුතේ, ඔයාලා දන්නවානේ, අපට පැවරී තියෙන කටයුත්ත. හෙට පෝය නිමිත්තෙන් පැවැත්වෙන ධර්ම සාකච්ඡාවට අවශ්‍ය කටයුතු සංවිධානය කරන්න ඕන. අපි මේ වෙනකොට ධර්ම සාකච්ඡාව සඳහා ස්වාමීන් වහන්සේට ආරාධනා කරලයි තියෙන්නේ. අපට ඉතිරි වැඩ කටයුතු සංවිධානය කරගන්න තියෙනවා.

- බෞද්ධ කොඩි දමා සැරසිලි කිරීම දෙමාපියන්ට භාර දෙමු.
- ධර්ම සාකච්ඡාව සඳහා ස්ථානය පිළියෙල කළ යුතුයි.
- ධර්ම සාකච්ඡාවට සහභාගි වන සිසුන්, පැදුරුවල පේළියට වාඩි කරවිය යුතුයි.

- ස්වාමීන් වහන්සේගේ ධර්මාසනයටත්, මේසයටත් සුදු පිරුවට දැමිය යුතුයි.
- ප්‍රධාන ශිෂ්‍ය නායිකාව ඔරලෝසුව හා පැන් වීදුරුව තැබිය යුතුයි.
- පාවාඩ එළීම හා පා ධෝවනය කිරීමට අවශ්‍ය දේවල් සූදානම් කිරීම ප්‍රධාන ශිෂ්‍ය නායකයා කළ යුතුයි.

ධර්ම සාකච්ඡාවට අදාළ මාතෘකාව ඔස්සේ ප්‍රශ්න කිහිපයක් අපි පන්තියේ දී සකස් කරමු.

ධර්ම සාකච්ඡාවට ස්වාමීන් වහන්සේ වැඩම කිරීමට විනාඩි 5 කට පෙර සියලු දෙනා ශාලාවේ අසුන් ගැන්වීමට ශිෂ්‍ය නායක මණ්ඩලය කටයුතු කරන්න ඕනෙ."

✶ ✶ ✶ ✶ ✶

ස්වාමීන් වහන්සේ වැඩම කරන විට නාමලී ගුරු මෑණියන් හා එක් ව සියලු ම දෙනා නැඟී සිටිමින් **"සුපටිපන්නෝ භගවතෝ......."** ගාථා පාඨය කියන්නට වූහ.

ස්වාමීන් වහන්සේ ධර්මාසනයේ වැඩ සිටීමෙන් අනතුරුව දැහැත් වට්ටිය පිළිගන්වා ධර්ම සාකච්ඡාවට ආරාධනා කරනු ලැබුවේ විදුහල්පතිතුමා විසිනි.

ස්වාමීන් වහන්සේ හඳුන්වාදීම, පිළිගැනීම හා අරමුණු පැහැදිලි කිරීම පන්ති භාර නාමලී ගුරුතුමිය විසින් සිදු කරන ලදි.

ස්වාමීන් වහන්සේ පිරිස තිසරණ සහිත පන්සිල් හි පිහිටුවා ධර්ම සාකච්ඡාව ආරම්භ කළ සේක. ළමයින් පෙර සූදානම් කරගෙන තිබූ දහම් ගැටලු ස්වාමීන් වහන්සේට ඉදිරිපත් කළ අතර, ස්වාමීන් වහන්සේ ඒවාට පිළිතුරු ලබා දුන්හ.

ධර්ම සාකච්ඡාව අවසානයේ ස්වාමීන් වහන්සේට දහම් පඬුරු පූජා කිරීමත්, ගිලන්පස පූජා කිරීමත් සිදු විය. ස්වාමීන් වහන්සේ ආපසු වැඩම කරන අවස්ථාවේ සියලු ම දෙනා, **"සීලවන්තං ගුණවන්තං"** යන ගාථාව තාලයකට ගායනා කරමින් මහා සංඝරත්නයට වන්දනා කළහ.



ක්‍රියාකාරකම

1. පෙර පෝය වැඩසටහනට පාසල් පරිසරය සකස් කරනු ලැබූ ආකාරය ලියන්න.

2. පාසලේ පෙර පෝය වැඩසටහනට ඔබත් සක්‍රියව සහභාගි වන්න.

16 බොදු ගී

වඳිමු සුගත සෑසි පියා
සුදු අරලිය මලිනි පුදා
සසර දුකිනි එතෙර වන්න
පතමු නිවන් සැපත සැමා.....//

ලුම්බිනියේ සල් උයනේ
මායා කුසින් බිහිවීලා
පිවිතුරු පියුමන් මතුවේ
වැඩසිට සිහ නාද කළා

වඳිමු සුගත.....

නේරංජන ගඟ අසබඩ
බෝ සෙවණෙහි වැඩ හිඳලා
මරු බල මැඬ බුදු බව ලැබ
ලොව දහමින් එකලු කළා

වඳිමු සුගත.....

ලෝ සත හට නිවනට මඟ
මෙලෙසින් පහදා දීලා
මල්ල රටේ සල් සෙවණේ
පිරිනිවුණා සැනසීලා

වඳිමු සුගත.....



පදරචනය	:	එස්. එච්. පියදාස මහතා
සංගීතය	:	එම්. ආරියදාස මහතා
ගායනය	:	වජිරා බාලසූරිය මහත්මිය



17 පාසලේ ශ්‍රමදානය

උදෑසන රැස්වීමේ දී සියලු ම සිසුහු විදුහල්පතිතුමාගේ කතාව ඉතාමත් ඕනෑකමින් අසා සිටියහ. “සුභ උදෑසනක් වේවා! - ආයුබෝවන් දරුවනි.”

“හෙට අපි යොදාගෙන තියෙන ශ්‍රමදානය ගැනයි මම අද කතා කරන්නේ. ශ්‍රමය කියන්නේ අපේ මහන්සිය; අපේ ශක්තිය. දානය කියන්නේ දීම. ශ්‍රමදානය කියන්නේ ශ්‍රමය නොමිලේ ලබා දීමයි. අපි අපේ ශක්තිය යොදවලා මහන්සි වෙලා වැඩ කරනවා. තමාට කිසි ම ලාභයක් බලාපොරොත්තු නොවී යම් වැඩක් කිරීම ශ්‍රමදානය ලෙස හඳුන්වන්න පුළුවන්.

හෙට අපේ පාසලේ සිදු කෙරෙන්නේ ශ්‍රමදානයක්. මේ දරුවනුත්, දෙමාපියනුත්, පාසල් ගුරුවරුනුත්, මමත් මේ කටයුත්තට සහභාගි වෙන්නේ අප හැම දෙනාගේ ම ශ්‍රමය පාසල වෙනුවෙන් ලබා දීමටයි.

ශ්‍රමදානයක ප්‍රයෝජන කීපයක් තියෙනවා. එකක් තමයි කවුරුත් සමගියෙන් එක් ව වැඩ කිරීමට හුරුවීම. අනෙක තමයි යමක් සැලසුමක් ඇතුව කිරීම සඳහා හුරුවක් ලැබීම. මේක දරුවන්ට බොහොම ප්‍රයෝජනවත් දෙයක්. ශ්‍රමදානයක දී එක එක අයට ඕන ඕන විදියට, හිතන හිතන විදියට වැඩ කරන්නේ නැහැ. කණ්ඩායමක් එකතු වෙලා වැඩ බෙදා ගන්නවා. ඒ නිසා කරන වැඩේ සාර්ථක වෙනවා. ඒ වගේ ම අඩු පාඩුවක් නැති ව හෝ අවම අඩු පාඩු සහිත ව හෝ වැඩක් අවසන් කරන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒ වගේ ම ඒ සඳහා යන මුදලත් ඉතිරි වෙනවා.

ශ්‍රමදානයට සහභාගි වීම පින්කමක්. පින් සිදුවන දේවල් කිරීම වැදගත්. පින්වලින් අපේ සිතත් සතුටු වෙනවා. පාසල පිරිසිදු වෙලා ලස්සන වෙලා අඩුපාඩු නැති වෙලා තියෙනවා දකින්න ලැබීමත් අපේ සතුටට හේතු වෙනවා. හෙට ශ්‍රමදානයේ දී කළ යුතු දේ ගැන නියෝජ්‍ය විදුහල්පතිතුමා කියලා දේවී" කියමින් විදුහල්පතිතුමා කතාව අවසන් කළ අතර, නියෝජ්‍ය විදුහල්පතිතුමා කතාව ආරම්භ කළේ ය.

"ආයුබෝවන් දරුවනේ, හෙට මේ දරුවෝ පාසලට එනකොට අම්මා හරි, තාත්තා හරි, වෙනත් වැඩිහිටියෙක් හරි එක්ක එන්න. පාසල් වත්තේ තියෙන අනවශ්‍ය ගස්වැල් කපා ඉවත් කරන්න වෙනවා. ගස්වල අතු ඉති පාහින්න වෙනවා. ඒ සඳහා අවශ්‍ය උපකරණත් ගේන්න වෙනවා.

ඩෙංගු මදුරු උවදුර ගැන අපි කවුරුත් දන්නවා. අපේ පාසලේ පොලිතීන්, ප්ලාස්ටික් භාවිතයෙන් තොර වැඩසටහනක් ක්‍රියාත්මක වෙනවනේ. ඒ වුණත් හෙට අපි තව දුරටත් ඩෙංගු මදුරුවන් බෝවීමට හැකි ස්ථාන ගැන සොයා බලා ඒවා ඉවත් කරන්න කටයුතු කරන්න ඕන.

ශ්‍රමදානයෙන් පස්සෙ අපි පාසලේ ඔසු උයනක් සකස් කිරීමට කටයුතු යොදලා තියෙනවා. ඖෂධ පැළ රෝපණය කරන්න කැමැති දරුවන් පැළ ගෙනැවිත් හෙට උදේට පන්ති භාර ගුරුවරුන්ට භාර දෙන්න. ශ්‍රමදානයට සහභාගි වෙන අය වෙනුවෙන් පාසලේ ආදි ශිෂ්‍ය සංගමයෙන් සංග්‍රහයකුත් ලබා දෙනවා. ශ්‍රමදානය සාර්ථක කර ගන්න හැම දෙනා ම දායක වෙන්න."

රැස්වීම අවසානයේ නියමිත පන්ති කරා ගිය සිසු දරුවන්ගේ බලාපොරොත්තුව වූයේ හෙට දවස ගැන ය.

✸ ✸ ✸

සිසු දරුවන් සමග පැමිණි දෙමාපිය වැඩිහිටියන් නිසා පාසල අලුත් ස්වභාවයක් ගෙන තිබුණි. චාමර පැමිණ සිටියේ අම්මාත්, තාත්තාත් සමග ය.

මහ පාරේ සිට පාසලට පැමිණෙන පාර සහ අවට ප්‍රදේශයත්, මුළු පාසල් වත්තත් කොටස්වලට වෙන් කර ඒ ඒ ශ්‍රේණිවලට පිරිසිදු කිරීමට භාර විය. චාමර ඉගෙනුම ලබන 5 ශ්‍රේණියට පැවරී තිබුණේ පාසලේ බුදු මැඳුරත්, ඒ අවට ප්‍රදේශයත් පිරිසිදු කිරීමට ය.



බිත්තිවලත්, වහලෙත් බැඳී තිබුණු මකුළු දැල් කඩා දමා ඉන් පසුව බුදු පිළිමයෙහි දූවිලි පිසදා දෙමවුපියෝ එය ජලයෙන් ධෝවනය කළහ. තෙල් රැගෙන ආ හිස් බෝතල් ද, මල් වට්ටි කිහිපයක් ද, මැටි පහන් ද, බුද්ධ පූජාව තැබීමට භාවිත කළ භාජන කිහිපයක් ද එම ස්ථානයෙන්

ඉවත් කෙරිණි. අවශ්‍ය ඒවා පමණක් සෝදා පිරිසිදු කර මේසය මත තබන ලදි.

චාමරත්, අචලාත් බුදු මැදුරේ මේසයට දමා තිබූ ඉටිරෙද්ද සෝදා රැගෙන ආහ. බිම හොඳින් අතු ගා පසු ව වතුරෙන් සෝදන ලදි. බුදු මැඳුරේ ජනෙල් සහ දොරත් දූවිලි ඉවත් වන සේ හොඳින් පිස දැමිණි.

බුදු මැඳුර අවට පිරිසිදු කිරීම භාර වූ දෙමවුපියන් විසින් අනවශ්‍ය ගස් වැල් කපා දමා ඉතිරි ගස්වල අතු ඉති පාහින ලදි. කපන ලද ශාක කොටස් එක තැනකට ගොඩ ගසන ලදි.

චාමරත්, යහළුවෝත් එක් වී බුදු මැඳුර අවට තැනින් තැන තිබූ කුඩා පැළ වර්ග ගලවා ඉවත් කර මිදුල අතු ගෑවෝ ය. දාස්පෙති, කූඩලු, කපුරු, අටපෙතියා ආදි පැළ වර්ග කිහිපයක් බුදු මැඳුර වටේට සිටුවන ලදි.

පන්තිය භාර ගුරුතුමිය ද දරුවන් හා දෙමාපියන් සමග මහත් උනන්දුවකින් කටයුතු කළා ය. චාමර ඇතුළු යහළුවෝ තම කටයුතු නිමා වූ පසු අනෙක් යහළුවන් යෙදී සිටි ශ්‍රමදාන කටයුතුවලට සහාය වූහ. පාසලට පැමිණෙන පාර දෙපස ඉතා හොඳින් පිරිසිදු කරන ලදි.

සියලු ම පන්ති කාමරවල මකුළු දැල් කඩා දොර ජනෙල් දූවිලි පිසදා ඩෙස් පුටු ඉවත් කර පන්ති කාමර සෝදා තිබිණ. විදුහල්පතිතුමාගේ කාර්යාලය, ගුරු විවේකාගාරය මෙන් ම අනෙකුත් ගොඩනැගිලි සියල්ල ම අලුත් මුහුණුවරක් ගත්තේ ය. වහලවල කැඩුණු බිඳුණු තැන් ද සකසා තිබිණ. ශ්‍රමදානය අවසානයේ සංග්‍රහය භුක්ති විඳීම සඳහා සියලු දෙනාට ම කැඳවීමක් ලැබුණි. කිරිබත්, කැවුම්, කෙසෙල් ආදියෙන් යුත් සංග්‍රහය සියලු දෙනාගේ සතුටට හේතු විය.

පාසලට අලුතෙන් ම ඔසු උයනක් ලැබිණ. දරුවන් විසින් ගෙනෙන ලද ඔසු පැළ රෝපණය කොට ඔසු උයන සකස් කිරීමේ දී ගුරුවරු සහ විදුහල්පතිතුමා දෙමාපියන්ට විශාල සහයෝගයක් ලබා දුන්හ.

ඔසු උයන වටා අලුතෙන් වැටක් බැඳිණ. අවශ්‍ය කාබනික පොහොර, වතුර ආදිය දමා ඔසු පැළ වවා ගැනීමේ කාර්යය පාසලේ සියලු ම දරුවන්ට පැවරිණ. එකතු කරන ලද පොලිතීන්, ප්ලාස්ටික් ආදිය පාසලින් ඉවතට ගෙන යාම සඳහා එක් පසෙක ගොඩ ගැසිණ. ශ්‍රමදානය අවසන් කළ පසු දෙමවුපියන් සහ දරුවන් ඇමතූ විදුහල්පතිතුමා පාසලට උදවු කිරීම ගැන සියලු දෙනාට ම ස්තුති කළේ ය.

"අද දවසේ තමන්ගේ දෛනික කටයුතු පසෙකලා පාසලට ඇවිත් උදවු කරපු මේ දෙමවුපියන්ට බොහොම ස්තුතියි. දරුවන්ගේ ඉගෙනීමට අත හිත දෙනවා වගේ ම පාසලත් ආරක්ෂා කර ගන්න ඔබ සියලු දෙනා ම ගන්නා උත්සාහයට මම ගෞරව කරනවා."

"දරුවෝ හැම දෙනා ම තමන්ගේ පාසල රැකගන්න ඕන. කිසි ම කෙනෙක් කොළ කෑලි වගේ දේවල් බිම දමලා පාසල අපිරිසිදු කරන්න එපා. පොලිතීන්, ප්ලාස්ටික් පාසලට ගෙන ඒම නතර කරන්න ඕන. ඔසු උයන රැක බලා ගැනීම මේ හැම දරුවකුගෙ ම වගකීමක්. තමන් ඉගෙන ගන්න පාසල ආරක්ෂා කිරීම සැම දරුවකුගෙ ම යුතුකමක්. මේ හැම දෙයක් ම අයිති දරුවන්ටයි. අපි අපේ පාසල රැකගනිමු!" යි විදුහල්පතිතුමා කතාව අවසන් කළේ ය.

ක්‍රියාකාරකම

1. ඔබ සහභාගි වී ඇති ශ්‍රමදාන අවස්ථා දෙකක් නම් කරන්න.
2. ගුරුතුමියගේ සහයෝගය ඇතිව ශ්‍රමදානයක් සංවිධානය කරන්න.

පුහුණුවට

- මස මාණවක කථාව වැඩිහිටියකුගෙන් අසාගෙන ලියා පන්තියේ බිත්ති පුවත්පතේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.



18 සිල් පිරිසට උවටැන් කරමු

එදා ඉරිදා දවසකි. මම උදෑසනින් ම අවදි වී දහම් පාසල් යාමට සූදානම් වුණෙමි. බුද්ධ වන්දනාව සඳහා මල් වට්ටියක් ද සූදානම් කර ගත් මම අම්මා සමග දහම් පාසල වෙත ගියෙමි. මගේ අම්මා ද දහම් පාසලේ ගුරු මෑණියක ලෙස කටයුතු කරන්නීය.

බුද්ධ වන්දනාව අවසානයේ, ළඟ එන පොසොන් පොහොය පිළිබඳව ස්වාමීන් වහන්සේ අප දැනුම්වත් කළහ. එදින සිල් සමාදන් වන උදවියට ඇප උපස්ථාන කිරීම සඳහා දහම් පාසලේ දරුවන් සහභාගි කර ගැනීමට අදහස් කරන බව ද උන්වහන්සේ ප්‍රකාශ කළහ. ඇදුරු මඩුල්ලේ හා දෙමාපිය සභාය ඇතිව දවස පුරා ම සිසුන් ඒ සඳහා යොමු කරවීමට බලාපොරොත්තු වන බව උන්වහන්සේ තව දුරටත් ප්‍රකාශ කළහ.

ස්වාමීන් වහන්සේගේ අනුශාසකත්වයෙන් දහම් පාසලේ ප්‍රධානාචාර්යතුමා හා එක් ව ගුරුමෑණිවරු හා පියවරු පොසොන් පොහොය වැඩ කටයුතු සංවිධානය කළහ.

නිවෙස්වල සිටින අත්තම්මලා, සීයලා, අම්මලා, තාත්තලා එදිනට සිල් සමාදන් වීම සඳහා සහභාගි කරවන ලෙස ද ගුරු මෑණිවරු අප දැනුම්වත් කළෝ ය.

ප්‍රධානාචාර්යතුමා හා ගුරු මණ්ඩලය සංවිධානය කරගත් පරිදි දෙමාපිය හමුව පවත්වා පොහෝ දින කළ යුතු කාර්යයන් පිළිබඳ සාකච්ඡා කෙරුණි. සිල් සමාදන් වන පිරිසට අවශ්‍ය දානාදියත්, ඔසුපැන් සකස් කරන ආකාරයත් දෙමාපියන් හා එක් ව සැලසුම් කෙරිණි.

පොසොන් පොහොය උදා විය. මම උදෑසන ම අවදි වුණෙමි. අත්තම්මා ද සීයා ද සිල් සමාදන් වීමට යාම සඳහා සූදානම් වූහ.

"පුතාටත් අද සිල් සමාදන් වෙන්න තිබුණා නේද?" අත්තම්මා ඇසුවා ය.

"අද මට සිල් සමාදන් වෙන්න බැහැනේ අත්තම්මේ. අද සිල් සමාදන් වන උදවියට උපස්ථාන කරන්නේ අපේ දහම් පාසලේ අය. මට ඒ වතාවත්වලට සහභාගි වෙන්න තියෙනවා," යි මම කීවෙමි.

"බොහොම හොඳ පින්කමක් පුතේ ඒක. සිල් සමාදන් වුණ උවසු උවැසියන්ට දානය දීම, දන් පිළිගැන්වීම, ඇප උපස්ථාන කිරීම බොහොම හොඳ වැඩක්. ඒ වගේ ම පුතේ සිල් සමාදන් වෙලා උපස්ථාන කරන්නත් කිසි ම බාධාවක් නැහැ. එහෙම උපස්ථාන කරන එක තවත් වටිනවා," යැයි සීයා කීවේ ය.

සිල් සමාදන් වීම සඳහා සුදු ඇඳුමින් සැරසුණු අත්තම්මාත්, සීයාත් සමග මම පන්සල වෙත පියමං කළෙමි.

පන්සල වෙත අප ළඟා වන විට මගේ යහළුවෝ ද ඒ අයගේ වැඩිහිටියන් සමග විහාරස්ථානය වෙත එමින් සිටියහ. ධර්මශාලාව වෙත ගොස් අත්තම්මාටත් සීයාටත් අසුන් ගැනීමට සලස්වා දෙදෙනාටම දණගසා වැන්දෙමි. ඒ දෙදෙනා, "මගේ පුතාට තෙරුවන් සරණයි" යනුවෙන් ආශීර්වාද කළහ.

ස්වාමීන් වහන්සේ වැඩම කර, පිරිස සිල් සමාදන් කරවා බුද්ධ පූජාව පැවැත්වූ සේක. ඉන් අනතුරුව හීල් දානය පිළිගැන්වීමේ කටයුතු සිදු විය. අපි දානය පිළිගැන්වීමේ දී උපාසක පිරිසට දන් පිඟන් දෝතින් ම ලබා දී වන්දනා කළෙමු. පැන් අවශ්‍ය උදවියට උණු පැන් හා සිසිල් පැන් ලබා දුන්නෙමු.



හීල් දානය අවස්ථාවේ දී මෙන් ම දහවල් දානය අවස්ථාවේ දී ද අපි ඉතා ඕනෑකමින් හා ගෞරවයෙන් සිල්වත් ඇත්තන්ගේ වතාවත් නොපිරිහෙලා ඉටු කළෙමු.

ගිලන්පස සඳහා බෙලිමල් වතුර හා හකුරු කැබැල්ලක් බැගින් සිල්ගත් උපාසක උපාසිකාවන්ට පිළිගැන්වූයෙමු. වැඩිහිටියන් පවසා සිටියේ බෙලිමල් වැනි ඖෂධ ලබාදීමෙන් අප සැමට නීරෝගී සුවය හා දීර්ඝායුෂ ලැබෙන බව ය.

එදින බෝධි වන්දනාවේ දී නායක ස්වාමීන් වහන්සේ සිල්ගත් අයට ඇප උපස්ථාන කිරීමේ ආනිශංස සිහිපත් කරමින් ප්‍රශංසාත්මක දේශනාවක් පැවැත්වූහ. දරුවන්ට ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් ලබා දෙන මෙවැනි කටයුතුවලට දරුවන් හුරුකරවීම ගැන දහම් පාසලේ ප්‍රධානාචාර්යවරයා ඇතුළු ගුරු මණ්ඩලය ද දෙමාපියන්ට ස්තුති කළහ.

අපේ සීයා ද පිරිස අමතා කතා කරමින් දරුවන් කුඩා කල සිට ම මෙවැනි කටයුතුවලට යොමු කරවීම ගැන ස්වාමීන් වහන්සේට ගෞරවය පිරිනැමුවේ ය; දහම් පාසලේ සියලු දෙනාටත්, දෙමාපියන්ටත්, දූ පුතුන්ටත් ප්‍රශංසා කළේ ය.



ක්‍රියාකාරකම

1. සිල් සමාදන් වූ පිරිසකට ඇප උපස්ථාන කිරීමේ දී ඔබට කළ හැකි වතාවත් 3 ක් ලියන්න.
2. ඔසු පැන් ලෙස ලබා දිය හැකි පාන වර්ග 5 ක් ලියන්න.

19 මෙත් වඩා සිත් නිවමු

පන්තියට පැමිණි ගුරුතුමිය “සැම දෙනාට ම තෙරුවන් සරණයි, යහපතක් ම වේවා! දරුවනේ” යනුවෙන් ආශීර්වාද කළා ය. “තෙරුවන් සරණයි! යහපතක් ම වේවා! ගුරු මෑණියනි” සිසුහු ද ගුරුතුමියට ආශීර්වාද කළහ.

“දරුවනේ, අද මම ඔයාලා සැම දෙනාට ම මෙත් වැඩීමේ වටිනාකම ගැන කියලා දෙන්නම්. අපි මෛත්‍රී භාවනාව පුරුදු කරගන්න ඕනේ. මෛත්‍රිය යනු මෙත් වැඩීමයි. හොඳ කල්‍යාණ මිත්‍ර ගුණ ඇත්තකු වන්න නම් මෙත් වැඩීම තමන් තුළ වර්ධනය කර ගන්න ඕනේ.

සිත, කය, වචනය කියන්නේ තුන් දොර කියලා අපි ඉගෙනගෙන තියෙනවා. ඉතින් අපි මේ තුන් දොරින් ම මෛත්‍රිය වඩන්නට පුරුදු වෙන්න ඕනේ. මෛත්‍රිය වැඩීමට පුහුණු වීමෙන් සිතෙන් මෛත්‍රිය සැම දෙනා වෙත පතුරවන්න අපට පුළුවන් වෙනවා. තමන්ටත් අනුන්ටත් යහපතක් ම සිදුවේවා, දුකක් නොම වේවා යැයි සිතීමෙන් අපට මෛත්‍රිය පැතිරවීමට පුළුවන්. දරුවනේ බොරු කීම, පරුෂ වචන කීම, කේලාම් කීම ආදියෙන් වැළකී මිතුරුකම ඇති වන ප්‍රිය වචන කතා කිරීමෙන්, වචනයෙන් මෛත්‍රිය පතුරවන්න අපට පුළුවන්.

ඒ වගේ ම නැති බැරි අයට අවශ්‍ය දේ පරිත්‍යාග කිරීම, දුම්රිය, බස්රිය ආදියේ දී ගර්භිණී මවුවරුන්ට, ආබාධිත අයට, වැඩිහිටියනට තම ආසනය පරිත්‍යාග කිරීම ආදි ක්‍රියා සිදු කිරීමෙන්, අපට කයින් මෛත්‍රිය පතුරවන්න පුළුවන්.”

"තමාගේ සිට විශ්වයේ වසන සැම දෙනා වෙත ම මෛත්‍රිය පතුරවන්න අපි පුරුදු පුහුණු විය යුතුයි," යැයි ගුරුතුමිය පැහැදිලි කළාය.

"හොඳයි, එහෙනම් දැන් ගැහැනු ළමයි, **අර්ධ පර්යංකයෙනුත්** පිරිමි ළමයි **බද්ධ පර්යංකයෙනුත්** වාඩි වෙන්න.

කය ඍජුව තබා ගෙන දිගු හුස්මක් ගන්න. හුස්ම පිට කරන්න. නැවතත් එසේ කිහිප වරක් කර, කය සැහැල්ලු කර ගන්න.

දැන් දෙනෙත් පියාගන්න. මෙසේ කියන්න.

මගේ සිත පිරිසිදු ය	පිරිසිදු ය	පිරිසිදු ය
මගේ සිත සන්සුන් ය	සන්සුන් ය	සන්සුන් ය
මගේ සිත තැන්පත් ය	තැන්පත් ය	තැන්පත් ය
මගේ සිත පිරිසිදු ය	සන්සුන් ය	තැන්පත් ය

මම නිදුක් වෙම්වා! නීරෝගී වෙම්වා!
සුවපත් වෙම්වා! දුකින් මිදෙම්වා! නිවන් ලබම්වා!

මා මෙන් ම මාගේ දෙමාපියෝ ද, වැඩිහිටියෝ ද, ගුරුවරයෝ ද, නෑදෑයෝ ද, හිතවන්තයෝ ද, අහිතවන්තයෝ ද
නිදුක් වෙත්වා! නීරෝගී වෙත්වා! සුවපත් වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා! නිවන් ලබත්වා!

මේ ගමේ වසන්නා වූ ද, මේ නගරයෙහි වසන්නා වූ ද, මේ රටෙහි වසන්නා වූ ද, මේ සක්වළෙහි වසන්නා වූ ද, සියලු සත්ත්වයෝ
නිදුක් වෙත්වා! නීරෝගී වෙත්වා! සුවපත් වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා! නිවන් ලබත්වා!

මෙසේ පුරුදු පුහුණු කළ යුතු මෛත්‍රී භාවනාව දිනකට මිනිත්තු දහයක් ප්‍රගුණ කරන ලෙස ගුරුතුමිය උපදෙස් දුන්නා ය.

මෛත්‍රී භාවනාව වැඩීම මෙන් ම බුද්ධ වන්දනාවෙන් පසු බුදු ගුණ භාවනාව ද වැඩීමට අපට පුළුවන. ඒ සඳහා බුදු පිළිම වහන්සේ දෙස හොඳින් බලා සිටීමත් දෙනෙත් පියාගෙන සිතින් බුදු රුව මවා ගැනීමත් අවශ්‍ය වෙනවා. ඉන් පසු බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නව අරහාදී බුදු ගුණ සිතින් මෙනෙහි කරමින් බුදු ගුණ භාවනාව වැඩිය හැකි ය.

බුද්ධ වන්දනාවේ දී කියන "ඉතිපිසෝ" පාඨය මෙහි දී සිහි කළ හැකි ය. එක් එක් බුදු ගුණය වෙන් වෙන් වශයෙන් සිහිපත් කරමින් භාවනා කිරීම එක් ක්‍රමයකි. නැතිනම් එකම බුදු ගුණයක් මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීම තවත් ක්‍රමයකි.

අපේ පැරැණි මුතුන්මිත්තෝ බුදු ගුණ භාවනාව සඳහා ඇට වැලක් භාවිත කළා. එම ඇට වැලෙහි ඇට එකසිය අටක් තිබුණා. ඉතිපිසෝ පාඨය එක් වරක් කියා එහි එක් ඇටයක් මෑත් කරනවා. මෙසේ දිගින් දිගට ම ඉතිපිසෝ පාඨය කියමින් බුදු ගුණ භාවනාව සිදු කරනවා. නව අරහාදී ගුණ සිහිපත් කරමින් මෙම භාවනාව සිදු කළ නිසා එම ඇට වැල **නව ගුණ වැල** නමින් හඳුන්වන බව ගුරුතුමිය අපට කීවා ය.



පුහුණුවට

- දිනපතා බුද්ධ වන්දනාවෙන් පසු මෛත්‍රී භාවනාව හෝ බුදු ගුණ භාවනාව හෝ වඩන්න.

20 තමන්ටත් අනුන්ටත් හිතැති බොදු දරුවන් වෙමු

මෙවර වෙසක් පොහොය නිමිත්තෙන් අප පාසලේ බෞද්ධ සංගමය පල කළ බොදු මග සඟරාවේ තිබූ පුංචි ලිපි පෙළ කාගෙත් සිත් ගත්තේ ය. එහි පල වූ ලිපි කිහිපයකි මේ.

ජය පරාජය සමව විඳිමු.



අප සියලු දෙනාට ජය පැරදුමට මුහුණ දීමට සිදුවේ. ඕනෑ ම ක්‍රීඩාවක දී එක් අයකු ජය ගත් විට අනෙකා පරාජය වේ. එසේ ම එක් කණ්ඩායමක් ජය ගත් විට අනෙක් කණ්ඩායම පරාජයට පත් වේ. එහි දී වැදගත් වන්නේ ජය ගත් පුද්ගලයා හෝ ජය ගත් කණ්ඩායම හෝ තම ජයග්‍රහණය අන් අයට බාධාවක් හිරිහැරයක් නොවන පරිදි සැමරීමයි.

ඒ සඳහා විනයගරුක බවක් අවශ්‍ය වේ. ජයග්‍රහණයේ දී මානය, ආඩම්බරය, අනුන් හෙළා දකිමින් කතා කිරීම හෝ පරාජිතයාට හිංසා කිරීම ජයග්‍රාහකයාගේ ගුණාංගයක් නොවේ. ජයග්‍රහණය සමසිතින් දරා ගැනීමට තරම් ඔහු අනතිමානි විය යුතු වේ.

පරාජය සදාකාලික දෙයක් නොවේ. පරාජයේ දී අධිෂ්ඨානශීලීව කටයුතු කර ජයග්‍රහණය කරා යා හැකි ය. එහි දී තම අඩුපාඩු හෝ දුර්වලතා හඳුනා ගැනීමට එය අවස්ථාවක් කර ගැනීම නුවණැත්තන්ගේ ස්වභාවයයි. ලොව උසස් තත්ත්වයට පත් බොහෝ පුද්ගලයෝ පරාජය හමුවේ අධිෂ්ඨානයෙන් කටයුතු කර ජයග්‍රහණය ලබා ගත් අය වෙති.

ජය පැරදුම උපේක්ෂාවෙන් විඳ දරා ගැනීමට බෞද්ධ ඉගැන්වීම අනුව අපි පුරුදු පුහුණු වෙමු.

වගකීමෙන් වැඩකරමු.

පාසල් ළමුන් ලෙස අප කුඩා කල සිට ම වගකීම් දැරීමට පුහුණු විය යුතු ය. පාසල් ජීවිතය මේ සඳහා හොඳ ම අවස්ථාව වේ. පාසල් සිසුන් වන අප පාසල තුළ පන්ති නායකයින් ලෙසත්, ශිෂ්‍ය නායකයින් ලෙසත්, ක්‍රීඩා නායකයින් ලෙසත්, සමිති සමාගම්වල නායකයින් ලෙසත් සිදු කරන්නේ වගකීම් දැරීමට පුහුණු වීමයි.

පාසලට උදෑසන ම පැමිණීම, පාසල පිරිසිදු කිරීම, උදෑසන රැස්වීම් සංවිධානය හා මෙහෙයවීම වැනි වැඩසටහන් තුළින් සිදු කෙරෙන්නේත් දරුවන් වගකීම් දැරීමට පුහුණු කිරීමයි.

ගුරු බසට කීකරු වීම, හොඳින් ශිල්ප ඉගෙනීම වැනි ගුණාංග ශිෂ්‍යයා තුළ ඇති කිරීමට හුරු කළ හැකි ය. වගකීම් දරන්නට හුරුවන ශිෂ්‍යයා තුළ "සක්කෝ" හෙවත් හැකියාව, "උජූච" හෙවත් ඍජුබව, "සුජූච" මනා ඍජුබව ආදි ගුණාංග වර්ධනය වන බව කරණීය මෙත්ත සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත.

දෙමාපියන් වෙහෙස වී උපයන ධනය විනාශ නොකර හොඳින් ඉගෙන ගැනීම දරුවන්ගේ වගකීම වේ. දෙමාපියන්ට උපකාර කිරීම ද දරුවන්ගේ වගකීමකි.

බෝසත් චරිතය වගකීම් දැරීම පිළිබඳ ආදර්ශ සපයයි. බෝසතාණන් කුඩා කල ශිල්ප ඉගෙන ගත්තේ සර්වමිත්‍ර හෙවත් විශ්වාමිත්‍ර ආචාර්යවරයාගෙනි. ආචාර්යවරයා දත් සියලු ශිල්ප ඉතා කෙටි කාලයකින් සිදුහත් කුමරු ඉගෙනගෙන අවසන් කළේ ය.

පාසල් දරුවන් වන අප වගකීමෙන් යුතු ව ඉගෙනීමත් රටට වැඩදායක පුද්ගලයකු ලෙස කටයුතු කිරීමත් ඉතා වැදගත් වේ.

අන්සතු දේ නොගනිමු.



කුමන ආකාරයෙන් සිදු කළත් සොරකම වරදකි. සමහරු ගමේ, නගරයේ, පාසලේ, පන්සලේ මෙන් ම රජයේ දේපළ ද සොරකම් කරති. කුඩා වූ දෙයක් වත් සොර සිතින් ගැනීම අපාගත වන පාපයක් වේ.

ඇතැමෙක් තව කෙනකු රවටා අනුන් සතු දේ ලබා ගනිති. එසේ ලබා ගැනීම ද සොරකමකි. ඕනෑ ම කෙනෙක් තමන් සතු වස්තුව නිදහසේ පරිහරණය කිරීමට කැමැති වෙති. එම නිදහස අහිමි කිරීම, ඒවා සොර සිතින් ගැනීම, පන්සිල්වල සඳහන් දෙවන ශික්ෂා පදය කඩ කිරීමකි. සොරකම සමාජයේ යහපැවැත්මට මහත් බාධාවක් වේ. එබැවින් අන්සතු දේ කිසිදු අයුරකින් නොගත යුතු ම ය.

මේ පිළිබඳ ලෝවැඩ සඟරාවේ මෙසේ සඳහන් වේ.

බලයෙන් වත් කිසියම් සොර සිතකින්
සියතින් වත් දැන්වූ උපදෙසකින්
පර සන්තක දෙය ගත සොර සිතකින්
නිරයෙන් නිරයට පැමිණෙයි එතෙකින්

(වීදාගම මෛත්‍රේය හිමි - ලෝවැඩ සඟරාව)

සුභාෂිතය පුරුදු වෙමු.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රිය වචන කතා කිරීමේ අගය අපට දේශනා කළ සේක. අප සෑම විට ම අන් අයට ප්‍රිය වන ආකාරයට කතා කළ යුතු ය. බුදු දහම නිරන්තරව ප්‍රිය වචන කතා කිරීම අගය කර ඇත. එසේ ම සමාජය අප්‍රිය කරන පරුෂ වචන කීම, කේලාම් කීම, බොරු කීම, හිස් වචන කතා කිරීම නොකළ යුතු ය.

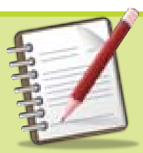
අප්‍රිය අමනාප වචනවලට මිනිසුන් පමණක් නොව සතුන් ද ප්‍රිය නොකරන බව නන්දිවිසාල ජාතකයෙන් ද පැහැදිලි වේ. නන්දිවිසාල ගවයාට ගැල්කරු අප්‍රිය වචනයෙන් කතා කළ නිසා ඔහු ගැල් ඇදීම නොකළේ ය. ප්‍රිය වචනයෙන් කතා කළ පසු ගැල් සියල්ල ම එකවර

ඇද්දේ ය. එමගින් පැහැදිලි වන්නේ සුභාෂිත වචනයේ ඇති වැදගත් කමයි.

අප්‍රිය වචන බැහැර කිරීමත් සුභාෂිත වචන භාවිතයේ වැදගත්කමත් සිරිත් මල්දම පොතෙහි මෙසේ දැක්වේ.

යකෝ යන බස් නොහොබි සිතන්නේ
උඹ මූ යන බස් කැතැයි සිතන්නේ
තෝ බොල යන බස් දුරු කරපන්නේ
පිරිය වඩන බස් පවසාපන්නේ

(සිරිත් මල්දම - ඇම්. ඇල්. සිල්වා ගුරු මුහන්දිරම්තුමා)



ක්‍රියාකාරකම

1. තමන්ටත් අනුන්ටත් හිතැති බොදු ගුණදම් ඇතුළත් කවි සොයා පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්න.



21 ජීවිතයට උපදෙස්

අලගියවන්න මුකවෙටිතුමා සීතාවක යුගයේ සිටි කවියෙකි. එතුමා විසින් රචනා කරන ලද "සුභාෂිතය" ලොකු කුඩා සැමට උපදෙස් ලබා දෙන අගනා උපදේශාත්මක පද්‍ය කෘතියකි.

"සත් පුරුෂ පුද්ගලයා දුදනන්ගේ අපහාස ඉදිරියේ කම්පා නොවේ" යන්න දැක්වෙන පද්‍යයක් සුභාෂිතයේ මෙසේ දැක්වේ.

කුලුණු ගුණෙන් යුතු උතුමන් සිත මහරු
දුදන බසින් නොයෙදෙයි කරනට නපුරු
නව රුවනින් පිරි මහ සමුදුර ගැඹුරු
තණ සුළෙකින් හුණු කළ හැකි වෙති කවුරු

(සුභාෂිතය)

කරුණා ගුණයෙන් යුත් උතුමන්ගේ සිත්, පහත් ගති ගුණ ඇති දුර්ජනයන්ගේ වචනවලින් කිළිටි කළ නොහැකි ය. නව වැදෑරුම් රත්නයන්ගෙන් පිරුණු මහා සමුද්‍රය තණ සුළකින් කිසිවකුටත් උණු කළ නොහැකි ලෙසිනි.

වීදාගම මෛත්‍රේය හිමියන් විසින් කෝට්ටේ යුගයේ දී ලෝවැඩ සඟරාව නම් උපදේශ කාව්‍ය ග්‍රන්ථය රචනා කරන ලදි. ලෝවැසියන්ට වැඩ සලසා ගැනීමට උපදෙස් ලබා දෙන බැවින් මෙම ග්‍රන්ථය ලෝවැඩ සඟරාව ලෙස නම් කර ඇත.

ජීවිතයේ යථා ස්වභාවය නුවණින් දැන කුසල් රැස් කිරීමේ අගයත්, එමගින් නිවන් මග පාදා ගැනීමේ හැකියාවත් ලෝවැඩ සඟරාවේ කවි තුළින් ඉදිරිපත් කර ඇත.

විනෝදයටවත් අන් සතු දෙයක් ගැනීම නොකළ යුතු යැයි ලෝවැඩ සඟරාවේ පහත කවියෙන් උපදෙස් ලබා දී ඇත.

කෙළියට කඩක් සඟවා යහළුවකු ගෙනේ
එළි කොට නැවත දුන් මිනිසකුට එතෙකිනේ
විළි වැස්මක් නොමවිය දෙව් වුවත් අනේ
කෙළියටවත් නොකරව් සොරකමක් දැනේ

කෙනෙක් සෙල්ලමට යහළුවකුගේ රෙදි කඩක් සඟවා නැවත ඒ යහළුවාට ම දුන්නේ ය. රෙදි කඩ සැඟවූ තැනැත්තා බොහෝ පින්කම් කර මිය ගොස් දෙව් කෙනකු වී ඉපදුණේ ය. දෙවියකු වුවත් සෙල්ලමට කළ සොරකම නිසා ඔහුට විළි වසාගන්නට වස්ත්‍ර ලැබුණේ නැත. එබැවින් සෙල්ලමටවත් සොරකම් කිරීම නොකළ යුතු ම ය.



ක්‍රියාකාරකම

1. පාඩමේ දී ඇති කවි දෙක පාඩම් කරගන්න.
2. ඒවායේ ආදර්ශ ගුරුවරයා සමග සාකච්ඡා කරන්න.



22 යහපත් ජීවිතයකට බොදු වදන්

පන්ති කාල සටහනේ විවේක කාලයෙන් පසු කාලපරිච්ඡේදය වෙන්ව තිබුණේ බුද්ධ ධර්මය විෂයයටයි. ගුරුතුමිය පන්තියට පැමිණියා ය. පන්තියේ සිසුහු සියලු දෙනා ම නැගිට "තෙරුවන් සරණයි!" කියා ගුරුතුමියට ආචාර කළහ. ගුරුතුමිය ද "තෙරුවන් සරණයි!" කියා සිසුනට ආශීර්වාද කළා ය.

"දරුවනේ, අද පාඩමට හැමෝ ම හොඳින් අවධානය යොමු කරන්න ඕනෑ. අපි අද ඉගෙන ගන්නේ බොදු වදන් කිහිපයක් ගැනයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ මෙම බොදු වදන් අපේ ජීවිතවලට හරි ම ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා."

"**අපදාන සෝභිනි පඤ්ඤා**" මෙහි තේරුම, "**උගත්කම චරිතයෙන් බබළයි**" යන්නයි. දැනුම හෙවත් නුවණ මිනිසකුට අවශ්‍ය උසස් ම වස්තුව වේ.

සෑම සතෙක් අතරින් ම මිනිසා උසස් වන්නේ ප්‍රඥාව නිසා ය. මිනිසා නුවණින් හීන වේ ද එවිට ඔහු තිරිසනකුට සමාන වේ. චිම්පන්සියා, ගෝරිල්ලා, ඔරංඔටං, අලියා, වඳුරා, රිලවා යන සත්තු යම් ප්‍රමාණයක නුවණක් ඇති සත්තු වෙති. එහෙත් මිනිසාට මෙන් උසස් බුද්ධියක් හෝ වැටහෙන නුවණක් හෝ ඔවුනට උරුම නොවේ. මිනිසාට ඇත්තේ දියුණු කළ හැකි නුවණකි. එම නිසා දරුවනේ, මිනිසාගේ උගත් කම ඔහුගේ හැසිරීමෙන් හා චරිතයෙන් බබළන බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කර ඇත.

දරුවනේ, තවත් බොදු වදනක් තමයි, "**අක්කෝධෙන ජිනේ කෝධං**" යන ප්‍රකාශය. එනම් **ක්‍රෝධ කරන්නා අක්‍රෝධය හෙවත් ක්‍රෝධ නොකිරීමෙන් දිනාගත හැකි ය.** ක්‍රෝධය, වෛරය, තරහව, පළිගැනීම, ජීවිතයේ විනාශයට හේතු වේ. මිනිසා පංච ඉන්ද්‍රියයන්ට ගොදුරු වන අරමුණු නිසා ක්‍රෝධ ඇති කර ගනී. තමන් අකැමැති දේ දැකීම, ඇසීම, විඳින්නට සිදු වීම ආදිය නිසා ක්‍රෝධය ඇති වේ.

ක්‍රෝධය නසන වටිනා ම ඔසුව නම් අක්‍රෝධය හෙවත් මෛත්‍රියයි. මෛත්‍රිය තමන්ටත් අනුන්ටත් යහපතක් කරයි. මෛත්‍රිය නිසා සිත ශාන්ත වේ; ප්‍රසන්න වේ; සිතේ සැනසුම ඇති වේ. සිතේ ලෙඩ අඩු වන නිසා කය පැහැපත් වේ. මෛත්‍රී කරන පුද්ගලයා අන් අයට ප්‍රියමනාප වේ; ඔහු සුවසේ නිදයි; සුවසේ අවදි වෙයි. නරක නපුරු සිහින නොදකී. ක්‍රෝධ නොකිරීම සිතේ සැනසුමට හේතු වේ. සැනසුණු සිතේ මතක ශක්තිය වැඩේ. එය අප සැම දෙනාට ම ඉතා වැදගත් වේ."



ක්‍රියාකාරකම

1. "අපදාන සෝභිනි පඤ්ඤා" සහ "අක්කෝධෙන ජිනේ කෝධං" යන බොදු වදන්වල තේරුම පාඩමෙන් තෝරා ලියා දක්වන්න.

2. මෛත්‍රිය කිරීමෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල තුනක් ලියන්න.

පුහුණුවට

අක්කෝධෙන ජීනේ කෝධං
අසාධුං සාධුනා ජීනේ
ජීනේ කදරියන් දානේන්න
සච්චේන අලිකවාදිනං

23 මහියංගණ දාගැබ



මහියංගණයේ මහවැලි ගඟ අසබඩ යක්ෂ ගෝත්‍රික දෙපිරිසක් වාසය කළහ. මහානාග නම් වන උයනේ දී මේ යක්ෂ ගෝත්‍රික දෙපිරිස අතර ගැටුමක් ඇති විය. එදා දුරුතු පෝය දිනයකි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ දෙපිරිස අතර සටන දිවැසින් දුටු සේක. මේ ගැටුම වළක්වාලනු පිණිස බුදුරජාණන් වහන්සේ මහානාග වන උයනේ අහසේ වැඩ සිටියහ. යක්ෂයින් දමනය කිරීම සඳහා උන් වහන්සේ යමාමහ පෙළහර පෑ සේක. ඉන්පසු බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔවුන්ට ධර්මය දේශනා කළහ. ඒ උන්වහන්සේගේ බුද්ධත්වයෙන් නව වන මාසයේ දුරුතු පොහෝ දිනයයි. මෙය බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පළමු ලංකාගමනයයි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මහියංගණයට වැඩම කළ පුවත දැනගත් සමනල අඩවියේ විසූ සුමන සමන් දෙවියෝ මහ පිරිසක් සමග එම ස්ථානයට පැමිණියහ. එම අවස්ථාවේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔවුනට ධර්මය දේශනා කළ සේක. ඒ බණ අසා සුමන සමන් දෙවියෝ සෝවන් වූහ. ඉන් අනතුරුව සුමන සමන් දෙවියෝ බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් උන්වහන්සේ වෙනුවෙන් වැඳුම් පිදුම් කිරීමට යමක් ඉල්ලා සිටියහ. එවිට බුදුරජාණන් වහන්සේ **කේශධාතු මිටක්** ලබා දුන් සේක. සුමන සමන් දෙවියෝ බුදුරජාණන් වහන්සේ යමාමහ පෙළහර පෑ ස්ථානයේ කේශධාතු නිදන් කර චෛත්‍යයක් තැනවූහ. එය මහියංගණ චෛත්‍යය නම් විය. ආරම්භයේ දී එම චෛත්‍යය රියන් හතක් බව පොත පතේ සඳහන් වේ. එමෙන් ම විවිධ අවස්ථාවල දී රජවරුන් විසින් මෙම චෛත්‍යය ප්‍රතිසංස්කරණය කරමින් විශාල කරන ලද බව මහාවංශයේ සඳහන් වේ.

බෞද්ධයන් සොළොස්මස්ථාන වන්දනා කිරීමේ දී ප්‍රථමයෙන් වන්දනා කරන්නේ මහියංගණ චෛත්‍යයටයි. අපිත් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ප්‍රථම ලංකාගමනය සිදු වූ මෙම අතිපූජනීය පින්බිම ගෞරව සිතින් වන්දනා කරමු.

ක්‍රියාකාරකම

පහත සඳහන් ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලියන්න.

1. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ප්‍රථම ලංකාගමනය සිදු වූ පොහොය දිනයේ නම ලියන්න.
2. එදින සටනක යෙදී සිටි ගෝත්‍රිකයෝ කවරහු ද?
3. ඔවුන් දමනය කිරීමට බුදුරජාණන් වහන්සේ කළේ කුමක් ද?
4. බුදුරජාණන් වහන්සේ මහියංගණයට වැඩිය බව දැන එම ස්ථානයට පැමිණි දෙවියන්ගේ නම කුමක් ද?
5. මහියංගණ චෛත්‍යයේ නිදන් කර ඇති ධාතුන් වහන්සේ හඳුන්වන නම ලියන්න.

24 සෝමාවති දාගැබ



අපේ රටේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන අතරින් සෝමාවති චෛත්‍ය රාජයාණන් වහන්සේට හිමි වන්නේ අද්විතීය ස්ථානයකි.

සෝමාවති දාගැබ පිළිබඳ ධාතුවංශයේ සැකෙවින් තොරතුරු දක්වා ඇත. දුටුගැමුණු රජතුමාගේ පියා කාවන්තිස්ස රජතුමා වේ. එතුමා රජ කළේ රුහුණු රටේ ය. එතුමාගේ නැඟණිය වූ සෝමා දේවිය අභය නම් කුමරු සමග විවාහ වූවා ය. මේ දෙදෙනා රුහුණේ **ගිරි** නැමැති නුවර පාලනය කරමින් එහි වාසය කර ඇත. ගිරි නුවර මාගම (රුහුණ)

රාජධානියට අයත් කුඩා රාජ්‍යයකි. පසු කලක ඔවුන් ගිරි රාජ්‍යය අත හැර සේරු නුවරට ගියහ.

එකල සේරු නුවර පාලනය කළේ **සිව** නැමැති රජතුමා ය. සිව රජු ගිරි අභය කුමරුගේත් සෝමා දේවියගේත් හොඳ ම යහළුවෙකි. මෙම මිත්‍රකම නිසා ම සේරු නුවරට ආසන්නයේ තිබූ **සෝම** නම් ප්‍රදේශය සිව රජු මෙම දෙදෙනාට තෑගි කළේ ය.

ගිරි අභය රජු එම ප්‍රදේශයේ පාලකයා විය. එම ප්‍රදේශයේ ගල් ලෙන් තුළ මහරහතන් වහන්සේලා වැඩ සිටියහ. ගිරි අභය රජු තම දේවිය වූ සෝමා නමින් චෛත්‍යයක් කරවීය. රහතන් වහන්සේ නමක් විසින් දෙනු ලැබූ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දකුණු දළදා වහන්සේ, රජතුමා එම දාගැබේ නිදන් කළේ ය.

ගිරි අභය රජතුමා, ඉදිකළ මෙම දාගැබ වටා පැන් පොකුණු ආදිය ඉදිකිරීමත්, පරිසරය අලංකාර කිරීමත් සිදු කළ අතර කල් යෑමේ දී මෙය **සෝමාවති චෛත්‍ය** ලෙස ප්‍රසිද්ධියට පත් විය.

සෝමාවති චෛත්‍යය පිහිටා ඇත්තේ පොළොන්නරු දිස්ත්‍රික්කයේ ය. සුන්දර මහ වන මැද පිහිටා ඇති සෝමාවති දාගැබ වන්දනා කොට අදත් බොහෝ සැදැහැවත්තු පින් සිදු කර ගනිති.

අපිත් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දකුණු දළදා වහන්සේ නිදන් කර ඇති සෝමාවති චෛත්‍ය රාජයාණන් වහන්සේ වන්දනා කර පින් ලබා ගනිමු.

ක්‍රියාකාරකම

"අ" කොටසට ගැළපෙන පිළිතුරු "ආ" කොටසින් තෝරා යා කරන්න.

"අ"	"ආ"
1. ගිරි අභය රජුගේ දේවිය වූයේ	ධාතුවංශයයි
2. සේරු නුවර පාලනය කළේ	බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දකුණු දළදා වහන්සේයි
3. සෝමාවති දාගැබ පිළිබඳ තොරතුරු දක්වා ඇති මූලාශ්‍රය	පොළොන්නරුවයි
4. සෝමාවති දාගැබේ නිදන් කර ඇත්තේ	සෝමා දේවියයි
5. සෝමාවතී චෛත්‍ය පිහිටා ඇති දිස්ත්‍රික්කය වන්නේ	සිව රජතුමා ය

පුහුණුවට

**සම්බුද්ධරාජ මුඛපංකජ ධම්මරේණු
ඵස්සං මනුඤ්ඤ සිතරංසි විරාජමානං
බ්‍රහ්මාමරා නරගණෙහි සුපූජිතං තං
වන්දාමහං සුගත දක්ඛිණ දන්තධාතුං**

සර්වඥයන් වහන්සේගේ මුඛ පද්මයෙහි සද්ධර්මය නමැති රේණු විසින් ස්පර්ශ කරන ලද, මනෝඥ ධවල රශ්මියෙන් බබළන්නා වූ දෙව්, බඹ, මිනිස් සමූහයා විසින් මනාකොට පුදන ලද ඒ තථාගතයන් වහන්සේගේ දක්ෂිණ දන්තධාතුන් වහන්සේ මම නමස්කාර කරමි.



25 පොළොන්නරුව ගල් විහාරය

සින්දු කියමින්, අත්පොළසන් දෙමින් විනෝදයෙන් අධ්‍යාපන චාරිකාවේ යෙදුණු සිසුන් එකවර ම ඒ සියල්ල නවතා නිහඬ වූයේ ගුරුතුමාගේ අණට කීකරු වෙමිනි.

"කවුරුත් හොඳට අහගන්න. බස් එකෙන් බැහැලා දෙන්නා දෙන්නා පේළියක් හැදෙන්න. අපි දැන් ඇවිත් ඉන්නේ පොළොන්නරුවේ ගල් විහාරය ළඟට. ගල් විහාරය බෞද්ධ අපට ඉතා වැදගත් පූජනීය ස්ථානයක්."

ගුරුතුමාගේ අණට කීකරු ව සිසුහු බසයෙන් බැස පේළි සෑදී ඉදිරියට ගියහ. අවට පරිසරය චමත්කාරජනක ය. නෙලුම් මල් පිරි පොකුණු ය; ගසින් ගසට පනින වඳුරු රංචු ය.

සිසු පිරිස සහ ගුරුතුමා නතර වූයේ ගල් පර්වතයක නෙළා තිබූ බුදු පිළිම වහන්සේලා සතර නම ඉදිරිපිට ය. සියලු දෙනා ම තමන් රැගෙන ගිය මල් තැන්පත් කර බුද්ධ වන්දනාව සිදු කළහ. ඊට පසු ගුරුතුමා සිසුන්ට ගල් විහාරය පිළිබඳ විස්තර කියා දීමට ඉදිරිපත් විය.

"පොළොන්නරුව තමයි අනුරාධපුර රාජධානියට පසු ව තිබෙන දෙවැනි රාජධානිය. පොළොන්නරුවේ පරාක්‍රම සමුද්‍රය ආසන්නයේ තිබෙන වැදගත් ම පූජනීය ස්ථානයක් විදියට ගල් විහාරය හඳුන්වන්න පුළුවන්. උත්තරාරාම විහාරය කියලයි මුලින් මේ ගල් විහාරය හැඳින්වූයේ. මේ ආරාමය මහා පරාක්‍රමබාහු රජතුමා විසින් කරවපු බවයි ඉතිහාසයේ සඳහන් වෙන්නේ."



"මෙහි පිහිටි ගලේ බුදු පිළිම හතරක් ඉතා නිර්මාණශීලී ව, බුදු ගුණ මතු කරමින් නිර්මාණය කිරීමට අපේ අතීත නිර්මාණ ශිල්පීන් කටයුතු කරලා තියෙනවා නේද දරුවනේ."

පර්වතයේ වම් පැත්තේ සිට ප්‍රතිමා නරඹමින් ගමන් කිරීමටත්, ඒ පිළිබඳ තොරතුරු දැන ගැනීමටත් සිසුහු මහත් උනන්දුවක් දැක්වූහ.

"අපි ඉස්සරවෙලා ම බලමු හිඳි බුද්ධ ප්‍රතිමා වහන්සේ ගැන. වාඩි වී සිටින ඉරියව්ව නිසා අපි මේ ප්‍රතිමාව හඳුන්වන්නේ **හිඳි බුද්ධ ප්‍රතිමාව** කියලා. මේ ප්‍රතිමා වහන්සේ අඩි පහළොවක් පමණ උසයි."



"හොඳයි. හිඳි පිළිම වහන්සේ වන්දනා කරලා අපි යමු ඊළඟ හිඳි පිළිමය ළඟට."

සිසුහු ගුරු බසට අවනත වූහ.

"මේ පිළිම වහන්සේත් **හිඳි පිළිම වහන්සේ** නමක්. බලන්න මේ ප්‍රතිමාව සකස් කරලා තියෙන විදිය. අඩි $4\frac{1}{2}$ ක් පමණ උස බුදු පිළිමය දෙපැත්ත අලංකාර කරන්න කැටයම් කරපු කණු දෙකක්, කකුල් දෙකෙන් හිටගෙන ඉන්න සිංහ රූප දෙකක්, චාමර සලන රූප දෙකක් ගලින් නෙළලා තියෙනවා. බුදු පිළිමයේ හිසට ඉහළින් ගල් ඡත්‍රයක් (කුඩයක්) නිර්මාණය කරලා ප්‍රතිමාවට ඉහළින් ගල් තලය බුදුරජාණන් වහන්සේට ගෞරවය දක්වන දෙවියන් බ්‍රහ්මයන් සිටින අහසක් බවට පත් කරලා. කොයි තරම් අපූරු නිර්මාණයක් ද? "



"අපි මේ හිඳි පිළිම වහන්සේ වන්දනා කරලා ඊළඟට **හිටි බුද්ධ ප්‍රතිමා වහන්සේ** ගැන සොයා බලමු."

ගුරු බසට අවනත වූ සිසුහු ඊළඟට හිටි පිළිමය අසලට ගියහ.



"මේ පිළිම වහන්සේ දිහා හොඳට බලන්න." ගුරුතුමා පැවසී ය.

"මේ පිළිමය අඩි 23ක් උස බව තමයි පොත්පත්වල සඳහන් වෙන්නේ," ගුරුතුමා පැවසුවේ ය.

"බලන්න දරුවනේ, මේ හිටි පිළිමයේ ඉණත් දෙදණත් මඳක්

නැමුණු විදියට නිර්මාණය කරලා තියෙන විදිය. අපි දැකලා තියෙන වෙන පිළිමවලට වඩා වෙනස් විදියකටයි දෑත් තබාගෙන ඉන්නේ. නෙලුම් මලක් වැනි ගල් වේදිකාවක් මත දෑත් බැඳගෙන සිටින ආකාරය දක්වන මේ හිටි පිළිමය තුළින් පේන්නේ කාරුණික බැල්මක්. අපි මේ හිටි පිළිම වහන්සේ නමස්කාර කරලා ඊළඟට යමු සැතපෙන බුදු පිළිමය ළඟට," ගුරුතුමා පැවසුවේ ය.



"මේ පිළිමය **සැතපෙන පිළිමයක්**. මෙහි හිසේ සිට දෙපතුල දක්වා අඩි 46ක් දිගයි. සයනයක් මත සැතපී සිටින ආකාරයක් මේ පිළිමයෙන් පෙන්වනවා. දකුණු ඇලයට හැරී දකුණු අත මත හිස තබාගෙන සිටින ඉරියව්ව හඳුන්වන්නේ මොන නමින් ද?" ගුරුතුමා ප්‍රශ්න කළේ ය.

සිසුන් පිළිතුර දැනගෙන හිටියේ නැති බව නිහඬතාවෙන් පෙනී ගියේ ය.

"මේ ඉරියව්ව හඳුන්වන්නේ **සිංහ සෙය්‍යාව** නමින්. හිසේ බර කොට්ටයට දැනුණු විදියටයි එය නිර්මාණය කර තියෙන්නේ. කොට්ට උරයේ පවා කැටයම් මතු කරලා තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රී පතුල් දිහා බැලුවම මොනවද හිතෙන්නේ?"

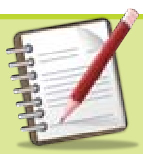
"මංගල ලකුණු දක්වලා තියෙනවා," කසුන් කීවේ ය.

"මේ සැතපෙන පිළිමය පරිනිර්වාණය දැක්වෙන පිළිමයක් කියලත් අදහසක් තියෙනවා. අපි මේ කලා කෘති ඉතා හොඳින් ආරක්ෂා කරන්න ඕන. දැන් අපි සැතපෙන පිළිම වහන්සේ වන්දනා කරමු," ගුරුතුමා කීවේය.

ඉන් පසුව ගුරුතුමා එම ගලෙහි කොටා තිබූ අක්ෂර පිළිබඳ පැහැදිලි කිරීමක් කළේ ය.

"දරුවනේ, මෙය තමයි **ගල් විහාර කතිකාවත**. මහ පැරකුම්බා රජතුමා භික්ෂූන් වහන්සේලා වෙනුවෙන් කරවූ සෙල් ලිපියක්. මේ අකුරු ඔයාලට කියවන්න බැහැ. ඒවා පැරණි සිංහල අකුරු. ඒවා කියවන්න විශේෂයෙන් ඉගෙන ගන්න ඕන.

දැන් එහෙනම් සියලු දෙනා ම පේළියට බස් රථයට යමු," යි ගුරුතුමා කීවේ ය.



ක්‍රියාකාරකම

1. පොළොන්නරුව ගල් විහාරයේ පින්තූර හා තොරතුරු රැස් කර කණ්ඩායම් ක්‍රමයට පොත් පිංචක් සාදන්න.